

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

TRANSFORMATION D'UN TABOU :  
LA MENSTRUATION DANS LA SOCIÉTÉ JAPONAISE

MÉMOIRE  
PRÉSENTÉ  
COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DE LA MAÎTRISE EN SCIENCES DES RELIGIONS

PAR  
NORIKO SHIBANO

JUILLET 2016

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL  
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de ce mémoire se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.01-2006). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

## REMERCIEMENTS

Faire une maîtrise en français dans un autre pays que le Japon a constitué un défi. Cela a été plus difficile que je ne le pensais. Ces deux dernières années que j'ai vécues au Québec ont été les plus exigeantes de ma vie. Mais en même temps, cela a été une période très riche parce que j'étais très contente d'étudier en Sciences des religions à l'UQAM. Cette expérience a changé ma perspective sur la vie et le monde.

J'aimerais bien remercier toutes les personnes qui m'ont encouragée à poursuivre ma scolarité à l'UQAM et à terminer mon mémoire. Sans elles, je n'aurais pas pu aller jusqu'au bout.

Avant tout, je tiens à remercier ma directrice de recherche, madame Marie-Andrée Roy, qui a été très généreuse, intelligente et pleine d'humanité. Elle m'a enseigné comment faire une recherche, comment écrire un mémoire et comment vivre en tant que féministe. Son enseignement a été irremplaçable. J'aimerais transmettre ce que j'ai appris avec elle aux femmes du Japon. J'ai beaucoup aimé discuter avec elle en prenant un thé et des biscuits dans son bureau.

Ensuite, je veux remercier mon amoureux, Vincent, qui a été très patient et bienveillant. Il m'a aimée et soutenue sans cesse, même si on était à distance, tantôt entre le Québec et la France, tantôt entre le Québec et le Japon, et tantôt entre le Japon et la France. Il m'a donné énormément de courage. Je suis très heureuse de l'avoir rencontré à Montréal.

Je tiens à remercier ma famille, qui m'a soutenue dans mes études au Québec. Elle m'a beaucoup encouragée pendant les moments difficiles.

Je veux remercier mes amis de Montréal et du Japon ainsi que les professeurs et le personnel du département des Sciences des religions de l'UQAM. J'aimerais également remercier mes collaboratrices et collaborateurs de recherche, qui m'ont aidée à réaliser les entretiens au Japon. Je veux remercier la Fondation de l'UQAM, pour les Bourses de recrutement de la Faculté des sciences humaines et pour la Bourse Marie-Andrée Roy qui m'ont soutenue financièrement.

Finalement, je tiens remercier madame Chantal Gamache, formatrice au Service à la vie étudiante, qui m'a appris le français et qui m'a donné du courage pour réaliser et compléter mon mémoire.



## DÉDICACE

ひさかたの 天の香具山  
鋭喧に さ渡る鵲  
弱細 撓や腕を  
枕かむとは 吾はすれど  
さ寝むとは 吾は思へど  
汝が着せる 襲衣の欄に 月立ちにけり

高光る 日の御子  
やすみしし 我が大君  
あらたまの 年が来経れば  
あらたまの 月は来経往く  
うべな うべな うべな  
君待ち難に 我が着せる 襲衣の欄に 月立たなむよ

Le divin Mont Kagu d'où vient la lumière.  
Un oiseau blanc y passe comme une faucille effilée.  
Tels sont les bras fins et ondulants qui me servent de chevet  
Et entre lesquels je veux dormir.  
Au bas de ton survêtement, la nouvelle lune vient de paraître.

Prince-Soleil-Illuminant!  
Mon Grand Seigneur majestueux!  
L'année nouvelle arrive et s'en va  
La nouvelle lune arrive et s'en va  
Vraiment, vraiment, vraiment,  
Pénible était de t'attendre.  
Au bas de mon survêtement  
La nouvelle lune apparaît tout naturellement  
(Shibata, 1969, p. 176-177).

## TABLE DES MATIÈRES

RÉSUMÉ.....	viii
INTRODUCTION.....	1
CHAPITRE I	
QUELQUES FRAGMENTS D'HISTOIRE.....	3
1.1. L' <i>ubuya</i> 産屋 (les cabanes d'accouchement).....	3
1.2. L'évolution du <i>kegare</i> ケガレ au cours de l'histoire.....	7
1.2.1. Au 8 <sup>e</sup> siècle.....	7
1.2.2. Du 9 <sup>e</sup> au 11 <sup>e</sup> siècle – l'apparition du <i>kegare</i> ケガレ du sang et des femmes.....	9
1.2.3. Au Moyen Âge - <i>kegare</i> ケガレ dans le bouddhisme.....	11
1.3. L'impact de la culture occidentale et le développement des produits d'hygiène féminine.....	13
1.4. Le congé menstruel.....	16
1.4.1. La description du congé menstruel.....	16
1.4.2. L'histoire du congé menstruel.....	16
1.5. Conclusion.....	20
CHAPITRE II	
CONSIDÉRATIONS THÉORIQUES ET MÉTHODOLOGIQUES.....	22
2.1. Cadre théorique.....	22
2.2. Concepts de <i>hare</i> ハレ, <i>ke</i> ケ et <i>kegare</i> ケガレ.....	26
2.3. L'application au cas du sang menstruel.....	31
2.4. Méthodologie.....	33
2.5. Description de l'entrevue.....	35

### CHAPITRE III

#### DESCRIPTION ET ANALYSE DES DONNÉES : LES FEMMES ÂGÉES DE 20 À 50 ANS.....36

3.1. Les premières menstruations.....	37
3.1.1. Description.....	37
3.1.2. Analyse.....	40
3.2. Les produits d'hygiène féminine.....	44
3.2.1. Description.....	44
3.2.2. Analyse.....	46
3.3. La publicité des produits d'hygiène féminine.....	48
3.3.1. Description.....	48
3.3.2. Analyse.....	51
3.4. Le congé menstruel.....	53
3.4.1. Description.....	53
3.4.2. Analyse.....	57
3.5. Les interdits pendant les menstruations.....	61
3.5.1. Description.....	61
3.5.2. Analyse.....	65
3.6. Les rapports sexuels pendant les menstruations.....	68
3.6.1. Description.....	68
3.6.2. Analyse.....	72
3.7. Conclusion.....	74

### CHAPITRE IV

#### DESCRIPTION ET ANALYSE DES DONNÉES : LES FEMMES ÂGÉES DE PLUS DE 60 ANS .....76

4.1. Les premières menstruations.....	77
4.1.1. Description.....	77

4.1.2. Analyse.....	80
4.2. Les produits d'hygiène féminine.....	83
4.2.1. Description.....	83
4.2.2. Analyse.....	86
4.3. Le congé menstruel.....	89
4.3.1. Description.....	89
4.3.2. Analyse.....	93
4.4. Les interdits pendant les menstruations.....	96
4.4.1. Description.....	96
4.4.2. Analyse.....	99
4.5. Les cabanes d'accouchements.....	103
4.5.1. Description.....	103
4.5.2. Analyse.....	103
4.6. Le sūtra sur la menstruation.....	104
4.6.1. Description.....	104
4.6.2. Analyse.....	105
4.7. Leur point de vue sur la façon dont les nouvelles générations vivent leurs menstruations .....	105
4.7.1. Description.....	105
4.7.2. Analyse.....	107
4.8. Conclusion.....	109
CONCLUSION.....	110
ANNEXE A : PHOTOS D'UNE CABANE D'ACCOUCHEMENT.....	115
ANNEXE B : GUIDE D'ENTRETIEN – FEMMES DE 20 À 50 ANS.....	116
ANNEXE C : GUIDE D'ENTRETIEN – FEMMES DE PLUS DE 60 ANS.....	117

BIBLIOGRAPHIE.....	118
--------------------	-----

## RÉSUMÉ

Au Japon, les menstruations sont historiquement considérées comme impures. Cette notion est appelée *kegare* ケガレ en japonais. Anciennement, il y avait des coutumes telles que les cabanes où les femmes devaient se retirer pendant qu'elles étaient menstruées. Le sang des femmes n'était pas considéré comme impur au 8<sup>e</sup> siècle, tel que décrit dans les mythes japonais. Cependant, au cours de l'histoire, le sang des femmes deviendra impur, surtout pour des raisons politiques. Cette répugnance est demeurée dans la société et elle joue un rôle pour maintenir la hiérarchie entre les hommes et les femmes.

Ces fameuses coutumes n'existent plus aujourd'hui, mais est-ce que le tabou des menstruations est encore présent? Si oui, de quelles façons? Afin de répondre à cette question, j'ai réalisé des entretiens avec des femmes de différents âges au Japon : des femmes âgées entre 20 et 50 et des femmes âgées de plus de 60 ans. Ensuite, j'ai analysé ces entrevues à partir de différents thèmes, tels les premières menstruations, les produits d'hygiène féminine, le congé menstruel et les interdits pendant les menstruations, etc. Pour mon cadre théorique, j'ai fait appel aux travaux de Durkheim et de Ménard sur le pur et l'impur, et aux notions japonaises *hare* ハレ, *ke* ケ et *kegare* ケガレ, etc.

Tout en se transformant, le tabou des menstruations demeure encore présent dans la société japonaise. On peut observer que les participantes plus âgées ont respecté le tabou sur les menstruations et que les jeunes respectent aussi les interdictions sur les menstruations. Par exemple, ces dernières sont obligées de renoncer à certains actes, tel que prendre le bain quand elles sont menstruées. Les femmes travaillent aujourd'hui autant que les hommes. Afin d'être évaluées aussi bien que les hommes, elles doivent dissimuler leurs menstruations qui témoignent de leur féminité et qui les différencient des hommes. Les femmes prennent également moins de congés menstruels qu'avant parce que ces congés constituent une indication qu'elles sont menstruées. Les produits d'hygiène féminine et les contraceptifs facilitent la gestion de la souillure et permettent de dissimuler les menstruations. Ces outils modernes, qui se sont développés au 20<sup>e</sup> siècle, période de promotion sociale des femmes, facilitent la gestion du tabou de la menstruation mais ne le font pas disparaître.

Même si la société a changé, les tabous anciens, profondément enracinés dans la culture, persistent en changeant de forme.

MOTS-CLÉS : Menstruations, Japon, Tabou, Interdit, *Kegare*

## INTRODUCTION

J'ai visité Montréal pour la première fois il y a cinq ans. J'ai été très étonnée à ce moment-là de constater que les sociétés québécoise et japonaise sont très différentes ; l'égalité des sexes est davantage présente au Québec. Le Japon est un pays très développé technologiquement et économiquement; par ailleurs, il reste pas mal de chemin à parcourir avant de parvenir à l'égalité entre les femmes et les hommes. La domination masculine demeure très présente dans la société japonaise et les femmes font toujours l'objet de différentes formes de sexisme; bref, les stéréotypes liés au genre sont forts et persistants. Je me suis posé une question substantielle : sur quoi se fonde cette différence entre les femmes et les hommes dans mon pays ? Je pense que celle-ci est reliée, au moins en partie, à la représentation des menstruations; elles n'arrivent qu'aux femmes une fois par mois et elles constituent le signe par lequel une fille devient une femme, donc capable de donner la vie. Cette capacité, ce « pouvoir », a-t-il fait l'objet d'un contrôle, d'un encadrement particulier au Japon?

Les menstruations au Japon sont toujours associées à un sujet gênant. Les femmes ne sont pas à l'aise d'en parler ouvertement, comme si les menstruations étaient encore tabou. Mes lectures m'ont permis d'apprendre qu'au Japon, les menstruations sont depuis longtemps considérées comme impures et qu'il y a même eu une époque où les femmes menstruées étaient isolées dans des cabanes. De plus, j'ai découvert que le tabou de la menstruation semble universel<sup>1</sup> et qu'il existe bien des façons de le gérer selon les cultures. Les fameuses cabanes n'existent plus au Japon aujourd'hui, mais est-ce que le tabou associé aux menstruations persiste? S'est-il transformé? Nous faisons l'hypothèse que oui. Comment se manifeste la croyance que le sang des menstruations est impur? Comment se vivent les menstruations chez les femmes

---

<sup>1</sup> On peut observer le tabou de la menstruation non seulement au Japon, mais un peu partout dans le monde et dans les différentes religions. Voir (Bhartiya, 2013) (Culpepper *et al.*, 2006) et (Laws, 1990).



japonaises aujourd'hui? Dans ce mémoire, après avoir tracé un bref historique de la notion de *kegare* ケガレ (impureté) et rappelé deux moments significatifs de l'histoire des menstruations au 20<sup>e</sup> siècle, nous allons examiner, à travers le récit de l'expérience de femmes japonaises, les transformations et les manifestations actuelles du tabou de la menstruation au Japon.

Notre objectif de recherche est de répondre à la question suivante : dans la société qu'est le Japon, est-ce que le tabou de la menstruation est encore présent? Si oui, de quelles façons? Afin de répondre à cette question, nous avons réalisé 23 entretiens avec des femmes de différents âges au Japon. En utilisant une approche qualitative et en recourant aux techniques de l'analyse du contenu, nous avons analysé le témoignage des répondantes à l'aide de différentes théories sur les concepts du tabou, du pur / de l'impur, du *hare* ハレ, *ke* ケ et *kegare* ケガレ, etc. Notre analyse permet de démontrer la persistance et la transformation du tabou de la menstruation à travers les générations et de cerner le vécu actuel des femmes de différents âges par rapport à leurs menstruations.

Ce mémoire comprend quatre chapitres : le premier chapitre présente brièvement le contexte historique japonais, autour des menstruations. Le deuxième chapitre expose le cadre théorique ainsi que la méthodologie. Les deux derniers chapitres dévoilent les données des entrevues et leur interprétation. Le troisième chapitre porte sur les entrevues des femmes âgées entre 20 et 50 ans, et le quatrième chapitre, sur celles des femmes âgées de plus de 60 ans. Dans la conclusion, je développerai une brève comparaison des résultats de ces entrevues menées avec des femmes de différentes générations.



## CHAPITRE I

### QUELQUES FRAGMENTS D'HISTOIRE

Dans ce chapitre, nous nous intéresserons aux éléments historiques qui ont constitué le tabou de la menstruation au Japon. Nous verrons d'abord ces éléments des temps mythiques jusqu'au Moyen Âge : l'*ubuya* 産屋 (les cabanes d'accouchement) et l'évolution de la notion du *kegare* ケガレ dans la société japonaise au cours de l'histoire. Ensuite, nous verrons comment ces éléments apparaissent à l'époque moderne : l'impact de la culture occidentale sur la société japonaise et le développement des produits d'hygiène féminine, et le congé menstruel.

#### 1.1. L'*ubuya* 産屋 (la cabane d'accouchement)

Traditionnellement, au Japon, les femmes en période de menstruation ou sur le point d'accoucher s'isolaient dans des cabanes appelées *ubuya* 産屋. Le nom de ces cabanes était relié à leur utilisation (l'*ubuya* 産屋 signifie la cabane à accoucher. Les cabanes d'accouchement s'appellent aussi *kariya*, « huttes provisoires » quand elles sont situées aux limites du village). Elles avaient pour fonction de contenir les impuretés propres aux femmes, évitant ainsi qu'elles ne contaminent les autres membres de la famille.

Cette coutume viendrait de la notion du *kegare* ケガレ<sup>2</sup>, qui veut dire souillure ou impureté dans la croyance populaire japonaise. On peut soutenir que le shintoïsme et le bouddhisme se sont mutuellement influencés et qu'ils ont tous deux contribué à forger cette croyance<sup>3</sup>. Les cabanes d'accouchement étaient normalement construites à l'extérieur des maisons. Elles avaient un toit de chaume et un plancher de terre battue (Hladik, 2000, p. 40). Les femmes, en période de menstruation ou d'accouchement, étaient tenues d'y habiter pour manger et dormir afin de ne pas contaminer les autres membres de la famille (Namihiro, 1987, p. 68). Elles étaient aussi tenues d'utiliser un feu différent de celui qui servait dans l'espace familial. Cette coutume remonte à plusieurs siècles et elle a été effective jusqu'au début du 20<sup>e</sup> siècle. Selon Murielle Hladik :

Lorsque la femme sent les premières contractions, son mari l'accompagne dans la cabane, où il dispose des bottes de pailles, puis se retire. La femme accouche dans une position accroupie en s'agrippant à une solide corde suspendue depuis le haut de la toiture... et devait ensuite se retirer pendant vingt et un jours (Hladik, 2000, p. 40).

Dans les cabanes, comment les femmes vivaient-elles? Tonomura relate l'enquête orale de Kiyoko Segawa qui a été faite en 1935, avec des femmes qui ont déjà habité dans une cabane pendant les menstruations et l'accouchement :

« According to these women, during periods of the birth and menstruation taboos, they spent time in the koya and were not allowed to enter the room in a house with a portable shrine or a storehouse. They also were not to touch the well, and while they could take cold food, such as miso and pickled vegetables, to the koya, cooked food was off limits, because sharing cooked food would pollute the fire of the main house. Fire was considered a conduit for pollution.) Once the taboo period was over, they went into the river to wash their hair, body, and clothes. Prior to reassimilating in the main house, the women first

<sup>2</sup> Aujourd'hui, le mot *kegare* signifie plusieurs choses : « (*kegare* 汚れ) souillure, tache » (Perrin, 2008), « (*kegare* 穢れ) *unchastity, impurity, immorality* » (Nakao et Random House, 1997).

<sup>3</sup> Nous développerons cette idée un peu plus loin dans le chapitre. (Voir chapitre 1.2.1.)

had to be served a cup of tea at someone else's house » (Segawa, 1980 cité dans Tonomura, 2007).

J'ai visité une cabane d'accouchement à Hamamatsu, ville localisée au centre du Japon, qui fait partie du patrimoine culturel de Shizuoka (voir Annexe A). Cette cabane était située à l'origine sur le terrain privé d'une famille, mais a été déplacée au Musée municipal d'histoire et folklore d'Hime Kaidô de Hosoe en 1985. Le personnel du musée m'a exceptionnellement donné accès à l'intérieur de la cabane. J'ai aussi parlé avec une ancienne propriétaire de la cabane d'accouchement. Selon elle et des documents qu'elle m'a donnés sur l'histoire de cette cabane, cette dernière était utilisée pour les accouchements et pendant les périodes menstruelles des femmes, jusqu'aux années 1910 (Tonomura, 2007, p. 29). Par la suite, elle a été utilisée comme débarras<sup>4</sup>.

On peut trouver des traces de l'existence de cabanes d'accouchement dès le 8<sup>e</sup> siècle, dans le *Kojiki* 古事記, « chronique des faits anciens ». Ce recueil de mythes est considéré comme le plus ancien livre historique du Japon. Voici un récit qui met en scène une femme qui accouche dans une cabane d'accouchement :

*Tōyō-tama-hime* 豊玉毘売 est la fille du dieu de la mer. Au moment d'accoucher, elle se fait construire une cabane sur la plage où elle se retire, interdisant à son mari *Hiko hohodemi no mikoto* 日子穗穗手見命, descendant de la déesse suprême du Soleil, de regarder à l'intérieur. Soupçonneux, il décide malgré tout de jeter un coup d'œil et voit sa femme se transformer en un grand crocodile, sa forme originelle.

---

<sup>4</sup> Cette nouvelle utilisation de l'ubuya comme débarras est intéressante et soulève des questions. Si l'ubuya avait été à l'origine un lieu sacré, on aurait pu le recycler par la suite comme débarras? Un débarras est un lieu pour contenir le désordre, les choses dont on ne veut plus (mais qu'on ne veut pas jeter). Est-ce que le nouvel usage de l'ubuya reprend symboliquement son ancien usage, c'est à dire qu'on voulait se débarrasser momentanément des femmes pendant qu'elles accouchaient ou qu'elles étaient menstruées?

Honteuse, quand elle se rend compte que son mari a manqué à sa parole, elle retourne à la mer en laissant son bébé sur la plage.

Selon Hitomi Tonomura, cette cabane d'accouchement décrite dans le *Kojiki* 古事記 n'implique pas l'impureté de l'accouchement (Tonomura, 2007). *Töyö-tama-hime* 豊玉毘売 demande simplement à son mari de ne pas regarder son accouchement. Cependant, nous pourrions dire que *Töyö-tama-hime* 豊玉毘売 formule ainsi un interdit dont le non respect va avoir des conséquences : elle abandonne le bébé (risque de mort pour le bébé?) et elle retourne à la mer (l'homme reste seul avec le bébé). La cabane aurait donc possiblement pour fonction de soustraire la femme du regard de son mari afin qu'elle ne soit pas vue dans l'acte d'accoucher, acte sacré où elle se métamorphose? Le fait d'être vue provoque la honte de *Töyö-tama-hime* 豊玉毘売.

Dans la deuxième partie du *Kojiki* 古事記, on trouve une anecdote qui raconte que, lorsque sa Majesté-Ousu et la Princesse-Miyazu furent sur le point de s'unir, sa Majesté réalisa que la Princesse avait ses menstruations. Il fit un poème pour dire qu'elle avait du sang, et elle répondit que c'est parce qu'elle l'attendait depuis longtemps (Voulait-elle lui signifier qu'en l'absence d'union, il n'y a pas de fécondation, donc il y a toujours menstruation?! (Leurs poèmes figurent à la page de la dédicace de ce mémoire.) Ainsi, ce couple a eu des relations même si cette femme était menstruée. Pour Tanaka, on peut comprendre que les menstruations n'étaient pas considérées comme taboues à cette époque-là (Tanaka, 2013, p.66-69)<sup>5</sup>.

Alors, comment l'impureté du sang des femmes est-elle née et comment cela a-t-il entraîné des coutumes qui imposaient une mise à l'écart des femmes pendant les

---

<sup>5</sup> Mais en même temps, Narikiyo explique qu'il y a un débat qui dit que c'est une preuve que les menstruations ont été récusées (Narikiyo, 2003, p.83).

menstruations et l'accouchement? On peut se référer à deux hypothèses : selon Lisa Kuly, la honte de *Tōyō-tama-hime* 豊玉毘売 a pour origine la violation des règles de la pureté rituelle qui est associée au tabou du sang de l'accouchement et des menstruations (Kuly, 2009, p.30). Selon Hirokazu Narikiyo, ce caractère impur du sang des femmes serait né au Japon ou aurait été importé de la Chine au cours de l'histoire afin de promouvoir le système patriarcal dans le monde politique (Narikiyo, 2003, p.61-62).

## 1.2. L'évolution du *kegare* ケガレ au cours de l'histoire

### 1.2.1. Au 8<sup>e</sup> siècle

Comment la notion du *kegare* ケガレ a-t-elle évolué au cours de l'histoire? Comme nous allons le voir, cette évolution aurait été fortement influencée par la monarchie japonaise et par les changements religieux qu'a connus le Japon.

Le bouddhisme a été introduit au Japon au 6<sup>ème</sup> siècle et a alors commencé à se mélanger avec la religion autochtone (le shintoïsme). Ce mélange bouddhisme/shintoïsme est appelé *honji-suijuaku* 本地垂迹. Voici une explication dans *A Dictionary of Buddhism* :

« Term meaning 'original nature and provisional manifestation', and denoting a way of relating the Buddhas and Bodhisattvas of Buddhism to the kami, or divinities, of the native Shintō religion. This theory, which held sway from the earliest period of Buddhism in Japan until the Meiji Restoration of 1868, maintained that Buddhas and Bodhisattvas were the 'true' image or nature of the spiritual beings to whom the people prayed, while the kami were localized, provisional manifestations of these same beings. The intent may have been to valorize the kami within a Buddhist framework, but this theory ultimately



derogated the kami as mere expedients, and thus caused dissatisfaction among Shintō priestly families and intellectuals » (Keown, 2004).

À partir de l'introduction du bouddhisme, ce dernier a pris de l'importance dans le monde politique et religieux et le shintoïsme est devenu secondaire. À partir de la deuxième moitié du 7<sup>e</sup> siècle jusqu'au 8<sup>e</sup> siècle, la monarchie japonaise a essayé d'introduire le système étatique chinois :

Craignant que le transfert de civilisation, venu de Corée et de Chine, ne soit interrompu alors qu'il était indispensable au renforcement du pouvoir central japonais, redoutant en même temps une invasion de l'archipel par les Chinois, la monarchie japonaise se résolut à construire un système étatique en tous points conforme au modèle chinois, c'est-à-dire un État centralisé régi par les codes (Yoshie, 1995, p.292).

En même temps, la monarchie japonaise a essayé de renforcer le bouddhisme et le confucianisme, qui accompagnaient le système chinois :

Il en résulta la mise en place d'une administration bureaucratique et centralisée qui rendait possible la création d'un système unifié d'imposition et de répartition des rizières. Mais, pour que ces structures puissent fonctionner, il fallait y intégrer les systèmes de pensée bouddhique et confucianiste, idéologies inséparables du système chinois des codes (Yoshie, 1995, p.292).

Avant le 8<sup>e</sup> siècle, la notion d'impureté n'était pas clairement indiquée dans le monde politique religieux mais, au milieu du 8<sup>e</sup> siècle, l'impureté de la mort serait apparue dans le shintoïsme. À cette époque, l'empereur (le souverain) et la noblesse détenaient la majeure partie du pouvoir. Midori Matsushita, considère que ce sont eux qui ont créé la notion de *kegare* ケガレ afin de renforcer leur pouvoir (Matsushita, 2006, p.23). En effet, jusque-là, le bouddhisme, nouvelle religion importée de Chine, avait beaucoup d'influence au Japon. À cette époque-là, il y a eu un changement d'attitude de la part de la monarchie japonaise à l'endroit du bouddhisme : pour contrer l'ancienne monarchie (qui favorisait le bouddhisme), les nouveaux empereurs ont

essayé de renforcer l'influence du shintoïsme, religion autochtone au Japon, dans laquelle l'empereur est considéré comme un Dieu, et d'accroître ainsi leur pouvoir. De plus, au cours de la deuxième moitié du 8<sup>e</sup> siècle, la situation sociale des femmes a commencé à se dégrader. Le nombre de bonzesses a diminué et, dans le monde de la politique, les femmes ont cessé d'accéder à la fonction d'impératrice. Ainsi l'influence des femmes a peu à peu disparu des mondes religieux et politiques, contrairement au monde politique d'avant le 8<sup>e</sup> siècle où de nombreuses impératrices régnèrent, par exemple les impératrices Suiko 推古天皇 (qui a régné de 593 à 628) et Shôtoku 称徳天皇 (qui a régné de 764 à 770).

#### 1.2.2. Du 9<sup>e</sup> au 11<sup>e</sup> siècle – l'apparition du *kegare* ケガレ du sang et des femmes

Comme nous l'avons vu plus haut, le déclin des femmes dans le monde religieux (bouddhisme) et politique a commencé à partir de la deuxième moitié du 8<sup>e</sup> siècle et cette diminution s'est poursuivie au 9<sup>e</sup> siècle. En même temps que ce phénomène, on peut observer que le confucianisme, qui s'inscrit dans une culture patriarcale forte, ne s'était pas beaucoup ancré dans la société japonaise au 8<sup>e</sup> siècle. Cependant, au 9<sup>e</sup> siècle, son existence prit de l'importance.

Narikiyo explique qu'au 9<sup>e</sup> siècle, le patriarcat s'est enraciné dans le monde politique, et, afin que cette idéologie prenne de l'extension, la notion de l'impureté du sang des femmes a été créée dans les rituels *shinto* (et dans le bouddhisme et d'autres religions).

Voyons la transformation de la notion d'impureté. Le *kegare* ケガレ des femmes, lié à la menstruation et à l'accouchement, s'est développé à partir du milieu du 9<sup>e</sup> siècle, principalement relayé par les temples *shintos* qui étaient proches de la royauté à cette

époque-là. Au début, la notion de *kegare* ケガレ était principalement reliée à la mort. Avec le temps, l'impureté du sang et de l'accouchement va progressivement s'imposer. Matsushita insiste sur le fait que cette notion vient du shintoïsme. Elle soutient aussi que la notion du *kegare* ケガレ avait initialement un sens sacré qui signifiait «ce qui est hors de la vie quotidienne». Ainsi, cela ne signifiait pas seulement impur, mais, au cours de l'histoire, cette notion a été transformée en une notion d'impureté, essentiellement pour des raisons politiques (Matsushita, 2006, p.24).

À ce moment-là, le tabou du *kegare* ケガレ était présent non seulement dans le shintoïsme, mais aussi dans le bouddhisme. Matsushita pense que ce phénomène dans le bouddhisme est apparu sous l'influence du shintoïsme, puisque la noblesse pratiquait ces deux religions simultanément (Matsushita, 2006, p.25).

Entre le 10<sup>e</sup> et le 11<sup>e</sup> siècle, le tabou du *kegare* ケガレ de la menstruation s'est propagé jusque dans la noblesse citadine. Avant, ce phénomène était seulement présent chez les femmes de la cour impériale. Au cours de la deuxième moitié du 10<sup>e</sup> siècle, le *kegare* ケガレ du sang qui concernait entre autres l'accouchement et la menstruation, s'est petit à petit transformé en un concept d'impureté des femmes. Le *kegare* ケガレ du sang, qui auparavant concernait aussi les hommes, se retrouva alors limité aux femmes. À la fin de l'ère *Heian* 平安 (794 - 1192), la notion du *kegare* ケガレ s'est propagée parmi le peuple, relayée par les temples *shinto*.



### 1.2.3. Au moyen âge – *kegare* ケガレ dans le bouddhisme

Au Moyen Âge, on peut observer une nouvelle influence dans la signification de l'impureté du sang des femmes<sup>6</sup>. Durant l'ère *Muromachi* 室町 (1336 - 1573), le sūtra sur la menstruation (*Bussetsu daizō shōkyō ketsubon kyō* 佛説大藏正經血盆經 ("The Buddha's correct sutra on the bowl of blood") en japonais) a été transmis au Japon par la Chine (Takemi, 1983). Ce sūtra existe également dans le taoïsme. Ce texte bouddhiste chinois enseigne que les péchés des femmes viennent de l'impureté de leur sang et qu'elles doivent aller en enfer à cause de leurs péchés. Afin d'être sauvées, elles doivent lire, vénérer et recopier ce sūtra. Beaucoup de sectes bouddhistes ont adopté le sūtra afin d'attirer dans leurs rangs les femmes en quête de salut.

Dans le sūtra sur la menstruation en Chine, les personnes censées se retrouver en enfer sont les femmes qui ont accouché, les femmes qui sont mortes en couche, les femmes ayant leurs menstruations ainsi que toute personne, incluant les hommes, morte dans le sang. Par contre, la version japonaise du sūtra insiste davantage sur les menstruations et l'accouchement que sur le sang en général. Toru Maekawa considère que ce phénomène serait particulier au Japon (Maekawa, 2003, p.323). Les Japonais utilisaient ce sūtra comme amulette pour faciliter l'accouchement. De plus, à l'occasion de la célébration d'un office pour l'âme des femmes mortes en couche, ils mettaient une copie du sūtra sur la menstruation dans le cercueil et en jetaient une dans une rivière ou un étang. Comment comprendre que tant de femmes aient accepté ce sūtra pourtant très discriminatoire, qui les présentait comme coupables de péchés ?

---

<sup>6</sup> Lorsque l'on étudie l'impureté du sang des femmes au Japon, plusieurs spécialistes parlent de ce sūtra (Matsushita, 2006; Narikiyo, 2003; Takemi, 1983; Tanaka, 2013).

Matsushita explique que c'est parce qu'il était présenté comme la seule voie d'accès au salut pour ces dernières (Matsushita, 2006, p.30).

Le sūtra sur la menstruation est court, avec seulement environ 420 caractères. Il décrit l'enfer comme un étang de sang dans lequel les femmes décédées se retrouvent pour être punies de leurs péchés par le maître de l'enfer; et elles sont obligées de boire ce sang trois fois par jour.

Voici un extrait du sūtra sur la menstruation que j'ai traduit en français :

Le malheur dure 7 jours par mois, 84 jours par année. La pureté du matin est déjà impureté; afin de purifier mon corps, je dois utiliser l'eau du puits. Répandre l'eau serait horrible, cela fendrait la terre. Si l'on répand l'eau impure dans la montagne, on souille le dieu de la montagne. Si on se purifie dans la rivière, cela souille le dieu de l'eau. Si on se purifie dans l'étang, on souille le paradis. Si on sèche sous le soleil, on souille le soleil. Si on sèche pendant la nuit, on souille les étoiles (Tanaka, 2013, P.71- 72).

Cet extrait montre bien comment les femmes se retrouvent dans une impasse. Peu importe les gestes qu'elles posent, elles provoquent toujours une nouvelle souillure et s'enfoncent davantage dans une situation d'impureté. On comprend alors la nécessité d'un rituel (copie du sūtra) pour sortir de la situation d'impureté.

Momoko Takemi montre que la croyance en ce sūtra sur la menstruation est pratiquement disparue aujourd'hui. Mais elle explique qu'une coutume qui concerne le sūtra sur la menstruation existait dans un quartier près du temple Shōsenji, jusqu'en 1970 (Takemi, 1983, p. 239) :

« [...] when a woman became pregnant she would go to the temple and receive a "Ketsubon kyō" charm, which she would place inside the waistband worn by pregnant women, [...]. After birth, then, she would cut the seven characters representing the Sanscrit sounds for the Bodhisattva Jizō from the Sanscrit charm in the sutra out one at a time, putting each in water which she would drink; this was continued for seven nights. The sutra from which the seven

characters had been cut would then be returned to the temple, and the woman would receive a new copy of the sutra, which she would keep close to her body until her health had completely returned. This custom was carried out regularly until about 1937, and did not entirely die out until about ten years ago » (Takemi, 1983, p.432).

### 1.3. L'impact de la culture occidentale et le développement des produits d'hygiène féminine

Au cours des années 1860, on assiste à toute une série de transformations politiques qui entraînent une ouverture, certes limitée mais bien réelle, du Japon à l'endroit du monde occidental. Il faut se rappeler que le Japon avait eu antérieurement une politique de fermeture aux étrangers pendant environ 200 ans<sup>7</sup>. Au cours de cette période, le gouvernement du Japon avait des communications politiques avec plusieurs pays, mais le peuple avait des contacts limités avec la culture occidentale. Cela a favorisé la préservation de la culture japonaise. Au moment où s'amorce une ouverture au monde occidental, la culture occidentale aura un impact très fort sur les Japonais. À partir de ce moment-là, le Japon s'est développé économiquement afin d'atteindre le niveau de vie occidental. Le Japon a adopté des éléments du style occidental, mais, en profondeur il a gardé sa structure essentielle et ses valeurs. Voici une explication proposée par Kawano :

Pour le Japon, modernisation et occidentalisation n'auront pas été nécessairement synonymes. Tel est, à mon sens, un fait caractéristique de l'histoire moderne de ce pays, peut-être le fait essentiel de cette puissante et longue évolution. Le Japon a suivi sa voie propre, tout en acceptant l'influence dominante de l'Occident. La raison en est qu'il avait atteint un certain degré de développement économique et social avant de s'ouvrir largement et définitivement aux pays occidentaux. Cette réalité préalable et fondamentale lui a permis de conserver son indépendance et a rendu possible la formation d'un

---

<sup>7</sup> Cela a été fait du 17<sup>e</sup> siècle au 19<sup>e</sup> siècle.

capitalisme japonais, cas unique en Extrême Orient, au XIX<sup>e</sup> siècle (Kawano, 1962).

Au cours de cette période, dans les efforts de modernisation à l'occidentale, la notion d'impureté de l'accouchement liée au sang est officiellement dénoncée par le nouveau gouvernement japonais et les coutumes liées à cette impureté sont interdites par décret (Taguchi, 2003, p.29-28). Cependant, même si le système politique est presque entièrement changé, les cabanes menstruelles vont continuer d'exister, certaines jusqu'au début du 20<sup>e</sup> siècle. La notion de *kegare* ケガレ de la menstruation perdure même après la modernisation du Japon. Hikaru Tanaka explique comment le *kegare* ケガレ de la menstruation était vécu par les femmes nées au début des années 1900 (Tanaka, 2013). L'une d'elles raconte qu'elle utilisait un *fundoshi* フンドシ, qui est une sorte de pagne qui servait à maintenir en place un morceau de coton lors des menstruations, et elle témoigne des difficultés qu'elle rencontrait alors : après avoir lavé son *fundoshi* フンドシ imbibé de sang, elle était obligée de le faire sécher dans un débarras, à l'abri des regards, car sa mère lui interdisait de l'exposer au soleil à cause de l'impureté de son sang<sup>8</sup>. De plus, elle n'a jamais abordé le sujet de la menstruation avec sa mère et sa sœur avant leur apparition. Cela constituait pour elles un sujet tabou (Tanaka, 2013, p.34-35).

On peut faire l'hypothèse que cette situation était vécue par l'ensemble des femmes japonaises. Nous pensons qu'au cours de 20<sup>e</sup> siècle, le *kegare* ケガレ de la menstruation a pu se manifester sous de nouvelles formes, par exemple, dans la publicité et par la loi du congé menstruel. Lors de la Seconde Guerre mondiale, le

---

<sup>8</sup> On sait que les *ubuyas* 産屋 qui servaient à accueillir les femmes pendant leurs menstruations ont été transformés, dans certains cas, en débarras. Comme les femmes du début du 20<sup>e</sup> siècle devaient faire sécher leur *fundoshi* フンドシ dans un débarras, on dirait presque que l'*ubuya* 産屋 a continué d'exister, au moins symboliquement, pour contenir l'impureté du sang menstruel. Les femmes ne sont plus obligées d'être cantonnées dans une *ubuya* 産屋 pendant leurs menstruations mais les objets qui servent à contenir le sang de leurs menstruations doivent sécher dans un débarras qui devient ainsi une sorte d'*ubuya* 産屋 modernisée.

Japon a eu besoin des femmes dans l'armée et dans l'industrie de l'armement. C'est au cours de cette période que sont apparus les produits d'hygiène féminine américains, possiblement pour faciliter la participation des femmes à l'armée et dans l'industrie.

Au Japon, comme dans les pays occidentaux, le tabou de la menstruation a, pendant longtemps, empêché le développement des produits d'hygiène féminine. Ainsi, les femmes traitaient leurs menstruations avec des mesures temporaires, par exemple, en mettant un papier, une pièce d'étoffe ou un coton hydrophile dans leur vagin. Beaucoup de femmes ne savaient pas comment traiter leurs menstruations à l'écart et n'en parlaient jamais. Même les femmes nées après la Seconde Guerre mondiale apprenaient qu'elles devaient laver leurs sous-vêtements menstruels à l'ombre parce qu'ils étaient pollués. L'influence des produits d'hygiène féminine occidentaux, à partir du milieu du 20<sup>e</sup> siècle, a contribué à changer la conscience des Japonaises par rapport à la menstruation. Mais, à ce moment-là, les produits importés pour les menstruations étaient chers et n'étaient pas accessibles aux femmes du peuple. En 1961, une entreprise japonaise a créé une ligne de produits d'hygiène féminine en s'inspirant de produits américains vieux de 40 ans. La publicité pour ces produits était sympathique et positive, et évitait de montrer trop clairement la réalité de la menstruation. Les publicités étaient présentes dans le métro, le journal et les magazines. Selon Tanaka, l'image négative de la menstruation dans la société aurait ainsi été, petit à petit, balayée (Tanaka, 2013, p. 146-147). Mais est-ce vraiment le cas? L'image négative a-t-elle complètement disparu ou surgit-elle d'autres façons? On peut voir que, même aujourd'hui, la publicité des produits d'hygiène féminine cache la réalité des menstruations. Par exemple, souvent, la publicité des produits d'hygiène féminine ne montre pas le sang, qu'elle préfère symboliser avec du liquide de couleur bleu plutôt que rouge.

## 1.4. Le congé menstruel

### 1.4.1. La description du congé menstruel

Au Japon, il y a un congé spécial : le congé menstruel présent dans le Code du travail depuis 1947. On sait que très peu de pays ont mis en place un système similaire<sup>9</sup>. Dans le Code du travail, au « Chapter VI-II Women », il y a une section de « Measures for Women for Whom Work During Menstrual Periods Would Be Especially Difficult ». Il est écrit : « Article 68. When a woman for whom work during menstrual periods would be especially difficult has requested leave, the employer shall not have the said woman work on days of the menstrual period » (Labor Standards Act, 1947). Le problème est que les symptômes de la menstruation qui pourraient causer des « difficultés à travailler » ne sont pas détaillés, et que les femmes ont souvent honte d'expliquer les effets de la menstruation. Ainsi, d'une part, l'application effective du congé menstruel dépend de l'entreprise. Beaucoup d'employeurs hommes ne comprennent pas pourquoi ils devraient accorder un tel congé. D'autre part, les femmes qui souffrent de leurs menstruations sont mal à l'aise de communiquer cette information et auraient tendance à donner le motif de « mauvaise santé » pour s'absenter du travail lors de leurs menstruations.

### 1.4.2. L'histoire du congé menstruel

Comment le congé menstruel est-il apparu dans la société japonaise? Il en est question dès l'ère de *Taishō* 大正 (1912 - 1926), mais c'est au cours de l'ère de

---

<sup>9</sup> À part le Japon, le congé menstruel existe en Indonésie, en Corée du Sud et à Taiwan.



*Shōwa* 昭和 (1926 - 1989) que le congé menstruel prend forme et est appliqué dans différents milieux de travail, suite à des pressions du mouvement ouvrier. Il n'est cependant pas inscrit dans la loi avant 1947.

Pour la chercheuse japonaise Asa Taguchi, le congé menstruel est étroitement lié à la Restauration de *Meiji* 明治 du Japon, à la fin du 19<sup>e</sup> siècle, et à l'adoption par la société japonaise des principes de la médecine occidentale. Pour elle, la notion de l'impureté des menstruations n'est pas à l'origine du congé menstruel (Taguchi, 2003, p.19). En effet, aucun autre pays où l'on observe des coutumes reliées à l'impureté des femmes menstruées n'a mis en place des mesures similaires au congé menstruel japonais. Taguchi considère que ce qui a le plus influencé les politiques japonaises par rapport au congé menstruel, c'est l'adoption de la médecine occidentale (Taguchi, 2003, p.8 et p.19). En même temps, il faut se souvenir qu'il n'existe pas de congé menstruel dans le monde occidental.

Lors de la Restauration de *Meiji* 明治 du Japon, le nouveau gouvernement japonais a interdit et aboli les coutumes anciennes<sup>10</sup> qui concernaient la notion de l'impureté et il a fait de la médecine occidentale la seule autorité quant aux questions sanitaires au pays. Selon Taguchi, auparavant les menstruations n'étaient pas considérées comme une maladie, alors que la médecine occidentale considérait, à cette époque, les femmes qui avaient leurs menstruations comme étant malades (Taguchi, 2003, p.8).

Après la Première Guerre mondiale, le Japon a fait face à d'importants problèmes démographiques. Le gouvernement japonais, qui souhaitait encourager une hausse du taux de natalité, tout en favorisant la naissance d'enfants forts et en bonne santé, a tenté de soutenir la santé et la fécondité des femmes des classes sociales supérieures.

---

<sup>10</sup> Par ailleurs, même si les anciennes coutumes ont été officiellement abolies, cela ne veut pas dire qu'elles n'ont pas perduré dans la population.

C'est à cette époque que les cours de gymnastique ont été introduits dans les écoles pour filles de la haute société. En même temps, et dans ces mêmes écoles, les jeunes filles subissaient régulièrement des examens médicaux parce qu'on voulait s'assurer de leur bonne condition physique. Ainsi, les jeunes filles qui étaient menstruées pouvaient jouir d'une protection spéciale durant leurs menstruations.

Dans les années 1910, la féministe suédoise Ellen Key propose des mesures pour protéger la maternité. Ces idées sont reprises par des féministes japonaises<sup>11</sup>. Au début, le mouvement féministe au Japon ne profitait qu'aux femmes des classes sociales élevées et de la classe moyenne (le féminisme bourgeois). Kikue Yamakawa, une activiste féministe japonaise, s'est assurée que les mesures de protection de la maternité rejoignent les femmes de la classe ouvrière et a œuvré à l'inclusion des femmes de différentes classes sociales dans le mouvement féministe japonais. Dès le début de la Restauration de *Meiji* 明治 du Japon, l'industrie légère a embauché beaucoup d'ouvrières et les conditions de travail de ces dernières y étaient mauvaises. Comme le gouvernement japonais se concentrait uniquement sur la fécondité des femmes des classes élevées, la condition physique et la fécondité des ouvrières n'étaient pas des enjeux sociaux jusqu'à ce que Yamakawa milite en ce sens.

En 1917, les enseignantes des écoles de jeunes filles ont été les premières à revendiquer le congé menstruel. Les revendications se sont ensuite élargies et, à partir des années 1920, la demande pour l'instauration du congé menstruel a été présentée par le mouvement ouvrier au Japon. En 1931, le premier congé menstruel a été accordé dans un bureau d'étude des produits alimentaires. À partir de ce moment, le congé menstruel a été adopté par la plupart des lieux de travail.

---

<sup>11</sup> Voir (Ehara et Kanai, 1997) pour le débat de la protection de la maternité au Japon.



Pendant la Deuxième Guerre mondiale, toutes les femmes étaient soit considérées comme de la main-d'œuvre, soit comme porteuses d'enfants. Les femmes qui travaillaient ne profitaient désormais plus de conditions de travail spéciales en lien avec leurs menstruations. Le congé menstruel qui avait été adopté avant la guerre n'était plus honoré. Après la défaite du Japon, c'est le Commandement suprême des forces alliées (SCAP, de l'anglais Supreme Commander of the Allied Powers) qui détenait le pouvoir et une nouvelle constitution a été mise en place. Cette constitution garantit l'égalité des hommes et des femmes devant la loi et le droit de ne pas subir de discrimination fondée sur le sexe (chapitre 3 de la Constitution de 1947, dans la section « Droits et devoirs du peuple » : « Article 14. Tous les citoyens sont égaux devant la loi; il n'existe aucune discrimination dans les relations politiques, économiques ou sociales fondée sur la race, la croyance, le sexe, la condition sociale ou l'origine familiale » (Lucken *et al.*, 2007, p.374).

Comme le SCAP considérait les hommes et les femmes égaux devant la loi, il apparaissait difficile de justifier les mesures de protection de la maternité et le congé menstruel que revendiquaient les féministes japonaises depuis l'avant-guerre. Cependant, le mouvement ouvrier continua de revendiquer le congé menstruel. Le SCAP a finalement cédé et le congé menstruel a été remis en place dans le Code du travail en 1947.

Selon les entretiens que j'ai réalisés, lorsque les femmes âgées plus de 60 ans travaillaient, le congé menstruel était payé : quand les femmes prenaient ce congé, elles recevaient quand même leur salaire pour les journées où elles n'avaient pas travaillé. Aujourd'hui, le congé existe toujours, mais il n'est plus payé; l'employée doit soustraire un jour de son solde annuel, sans quoi elle ne reçoit pas de salaire.

### 1.5. Conclusion

Nous avons vu, dans ce chapitre, quelques fragments d'histoire sur le tabou de la menstruation au Japon. Dans l'ancienne coutume japonaise, l'*ubuya* 産屋 était une cabane accueillant les femmes qui devaient s'isoler en période de menstruation ou sur le point d'accoucher. Elle avait pour fonction de contenir les impuretés propres aux femmes, évitant ainsi qu'elles ne contaminent les autres membres de la famille. Mais, dans le mythe japonais, cette impureté n'était pas indiquée.

On peut voir l'origine du caractère impur du sang des femmes dans l'histoire du Japon. Selon Narikiyo, ce caractère serait né au Japon ou aurait été importé de la Chine au cours de l'histoire afin de promouvoir le système patriarcal dans le monde politique (Narikiyo, 2003, p.61-62). Du 8<sup>e</sup> siècle au 11<sup>e</sup> siècle, la notion d'impureté du sang des femmes s'est répandue dans l'ensemble de la société.

Au Moyen Âge, le sūtra sur la menstruation, qui enseigne que les péchés des femmes viennent de l'impureté de leur sang et qu'elles doivent aller en enfer à cause de leurs péchés, a aussi favorisé la discrimination des femmes. Cette notion d'impureté du sang des femmes est restée jusqu'à la fin de 19<sup>e</sup> siècle, époque où le gouvernement l'a officiellement abolie. Cependant, bien que cette notion ait été révoquée, le caractère impur du sang des femmes a persisté dans la société. Par exemple, au début du 20<sup>e</sup> siècle, les femmes étaient obligées de faire sécher leur sous-vêtement taché de sang menstruel dans un débarras après l'avoir lavé.

Même aujourd'hui, on peut observer la discrétion qui entoure les menstruations. Par exemple, souvent, la publicité des produits d'hygiène féminine ne montre pas le sang,

qu'elle préférant le symboliser avec du liquide de couleur bleu plutôt que rouge. De plus, le congé menstruel, qui a été demandé par les femmes avec le mouvement féministe au 20<sup>e</sup> siècle, est moins utilisé aujourd'hui. Le congé menstruel était payé auparavant, mais, aujourd'hui, il n'est plus payé. Nous examinerons la trace de ces tabous historiques plus en détails dans les chapitres 3 et 4.

## CHAPITRE II

### CONSIDÉRATIONS THÉORIQUES ET MÉTHODOLOGIQUES

Ce chapitre détaille le cadre théorique et la méthodologie. D'abord, nous détaillerons le cadre théorique avec des concepts principalement élaborés dans le monde occidental : sur le tabou, l'interdit, le sacré, le profane et la pureté / l'impureté. Ensuite, nous ferons le lien avec des concepts issus de la culture japonaise, soit le *hare*, le *ke* et le *kegare*. Finalement, nous présenterons la méthodologie.

#### 2.1. Cadre théorique

Divers concepts et théories peuvent nous aider à comprendre les discours et les pratiques reliés aux menstruations au Japon. D'abord, nous verrons les théories sur le fonctionnement du tabou, puis sur le sacré et l'interdit. Par la suite, nous verrons la définition des termes japonais *hare* ハレ, *ke* ケ et *kegare* ケガレ, et leur relation. Ce sont des concepts utilisés dans la croyance populaire japonaise.

Daniel de Coppet explique que le mot tabou vient d'un terme polynésien qui a été importé par des navigateurs européens au 19<sup>e</sup> siècle. À ce moment-là, le mot était utilisé dans la vie civile et religieuse, mais signifiait, en même temps, interdit et prohibition. En Polynésie, le tabou était aussi lié au pouvoir (De Coppet, 2002, p.78).

Ensuite, De Coppet, présente les réflexions de Lévi-Strauss, qui étudie la fonction du tabou dans les sociétés primitives dans son œuvre *La pensée sauvage* (Lévi-Strauss,

1962 cité dans De Coppet, 2002). Selon cette étude, le tabou a deux caractéristiques : d'une part, il permet de classer le monde et, d'autre part, il le contraint. Comme le tabou classe symboliquement le monde et donne un sens à toutes les choses, cela facilite, pour les gens, la compréhension du monde. De Coppet explique que, selon Lévi-Strauss, dans la pensée sauvage il y a une perte de la subjectivité. Dans un monde scientifique, les choses symboliques sont subjectives et ce qui nous arrive est objectif. Par contre, dans la pensée sauvage, les choses symboliques deviennent objectives et ce que nous vivons devient subjectif. Dans le monde chaotique, le système des tabous rend l'univers logique et cohérent et lui attribue une valeur éthique et morale. De Coppet présente aussi le tabou dans le domaine psychanalytique (De Coppet, 2002, p. 80); il montre que, dans la théorie de Freud, le tabou d'aujourd'hui est ce qui prohibe la liberté de jouissance, de mouvement et de communication. Par le tabou imposé, il y a toujours une renonciation.

Dans ce mémoire, nous nous intéresserons à la fonction du tabou dans le domaine ethnoreligieux. Comme nous l'avons vu chez Lévi-Strauss, le système du tabou, autrement dit, le système de classification, permet aux gens de comprendre le monde. Mary Douglas développe l'interprétation de ce système de classification dans son œuvre *De la souillure : essai sur les notions de pollution et de tabou*; elle explique que la souillure et la pollution sont les éléments qui vont à l'encontre de l'ordre du système; ces éléments sont inappropriés et doivent, par conséquent, être écartés dans l'ordre du système. La souillure et la pollution sont porteuses d'un désordre qui peut être dangereux. Douglas explique que toutes les frontières sont vulnérables, facilement envahies par le désordre, ce qui cause l'effondrement du système. Cette lecture s'applique aussi au corps humain : « Le corps humain, plus directement que celui de l'animal, est matière à symbolisme. C'est le modèle par excellence de tout système fini. Ses limites peuvent représenter les frontières menacées ou précaires » (Douglas, 1971, p. 131). Comme nous l'avons vu dans le chapitre précédent, le sang

menstruel est considéré comme impur dans la société japonaise et donc potentiellement source de désordre.

Lisa Kuly montre la vulnérabilité du corps des femmes dans sa thèse *Religion, Commerce, And Commodity In Japan's Maternity Industry* : les femmes ont un écoulement incontrôlable de sang menstruel et un orifice qui doit être pénétré afin d'être fécondé (Kuly, 2009, p. 23-24). Ainsi, le corps des femmes peut devenir facilement la cible de l'interdit : symboliquement, il peut être envahi.

Pour une lecture plus approfondie il est utile de se référer aux concepts de sacré et d'interdit expliqués par Guy Ménard et Émile Durkheim. Selon Ménard, le sacré se caractérise par le dépassement de l'ordinaire, la puissance et l'ambivalence (Ménard, 1999, p. 39-40), par exemple, ce qui est à la fois fascinant et terrifiant, pur et impur, dangereux et bénéfique. Ménard explique que la nature est un exemple de sacré. Les êtres humains fabriquent des outils tel que la digue sur une rivière, afin de harnacher le sacré (Ménard, 1999, p.109-110). Selon Durkheim, comme le sacré recèle une grande puissance, le profane ne doit pas entrer en contact avec lui : il y a danger de contamination par le sacré. Ménard explique qu'une personne contaminée par le sacré est comme morte (Ménard, 1999, p. 111). Les interdits existent afin d'assurer la séparation entre le profane et le sacré. Les deux forces que l'on trouve dans le sacré, le pur et l'impur, sont opposées et partagent la même nécessité d'être séparées du profane. On ressent du respect face à la pureté, du dégoût et de l'horreur face à l'impureté du sacré. Ces sentiments ont une même origine. Dans les deux cas, leur grande puissance suscite de la crainte. Les caractéristiques pures et impures du sacré sont d'ailleurs interchangeables. L'élément sacré peut passer de l'une à l'autre sans changer de nature. Cette transformation est possible en raison de l'ambiguïté du sacré. Durkheim donne un exemple de l'ambiguïté du sang menstruel chez les aborigènes de l'Australie : « Le sang qui provient des organes génitaux de la femme,



bien qu'il soit évidemment<sup>12</sup> impur comme celui des menstrues, est souvent employé comme un remède contre la maladie » (Durkheim, 1985, p. 587).

Afin de ne pas être contaminé et de préserver l'ordre dans le système, on évite tout contact entre le profane et le sacré, on pose des interdictions qui ont pour effet d'éloigner du sacré. Le tabou apparaît là où on trouve l'ambiguïté, l'anormal, ce qui met à mal notre classification de la matière et notre compréhension du monde. Autrement dit, le tabou protège du désordre et de l'effondrement du système et de la société. On craint la transgression de l'interdit, synonyme de culpabilité et de sanction. De plus, les membres de la communauté craignent le pouvoir contagieux de l'impur ou du sacré, et cette crainte empêche la transgression du tabou. Donc, ce qui fait le tabou, c'est l'interdit qui est assumé collectivement par la communauté.

Cependant il existe des cas dans lesquels le contact entre le sacré et le profane est indispensable. Ménard explique que la sphère du profane, dans laquelle la vie humaine existe, ne peut pas survivre sans l'énergie du sacré et peut se faner avec le temps. Afin de se régénérer, le profane doit toucher le sacré. Sinon, la vie des humains ne peut pas continuer. C'est ici que l'interdit est enlevé ; la transgression d'interdit est nécessaire afin d'atteindre le sacré. Le profane perd régulièrement sa force chargée du sacré; alors, il faut que l'interdit soit ponctuellement enlevé. La religion joue un rôle important ici, les rites existent pour faciliter cette gestion du sacré en utilisant l'interdit et la transgression. Tous ces systèmes de gestion du sacré, organisés par la religion, sont nécessaires afin que la société fonctionne correctement (Ménard, 1999, p. 110-114).

---

<sup>12</sup> Il est intéressant que Durkheim écrive que : « Le sang qui provient des organes génitaux de la femme, bien qu'il soit évidemment impur... ». En quoi est-ce si évident sinon pour une personne qui a adopté une posture patriarcale?

## 2.2. Concepts de *hare* ハレ, *ke* ケ et *kegare* ケガレ

Emiko Namihira, anthropologue japonaise, soutient que la croyance populaire japonaise est basée sur une relation structurelle entre trois notions : *hare* ハレ, *ke* ケ et *kegare* ケガレ. Selon elle, le *kegare* ケガレ signifie le désordre, la désorganisation et la mort, tandis que le *hare* ハレ signifie l'ordre, la pureté et la productivité. Ces deux notions sont associées à la sphère du sacré. Cette anthropologue explique les relations qui prévalent entre ces notions: « In cognitive representation, these concepts are independent and stand in opposition to each other, but experientially they are continuous » (Namihira, 1977, viii). Dans la sphère profane, on retrouve la notion du *ke* ケ qui signifie ordinaire, commun et quelconque. Le *ke* ケ appartient à la vie quotidienne. Ces trois notions s'appliquent à la fois à des lieux, des événements ou des rites et à l'identité. De plus, elles s'appliquent à des personnes qui participent au rituel *shinto* ou après avoir été en contact avec la mort et l'accouchement. Voici des exemples du *kegare* ケガレ dans la croyance populaire japonaise, décrits par Namihira :

« Along with death, phenomena connected with human physiology such as pregnancy, childbirth, illness, bleeding, and sexual activity are all sometimes deemed to cause states of pollution, and persons and things connected with them may also do so. Violation of taboos, crimes, and natural disasters are also considered impure. Furthermore, the boundaries of space and time and categories are thought of as states of pollution » (Namihira, 1987, p. 65).

Namihira explique, dans son œuvre récente, que les menstruations étaient considérées comme *kegare* ケガレ dans beaucoup de régions du Japon, mais elle dit aussi que la raison pour laquelle les menstruations sont associées au *kegare* ケガレ n'est pas encore très claire (Namihira, 2009). Nous verrons l'interprétation qu'en font d'autres auteurs plus tard dans ce chapitre.



D'où viennent ces notions de *hare* ハレ, de *ke* ケ et de *kegare* ケガレ issues de la croyance populaire japonaise? Selon Namihira, on les retrouve dans le *Kojiki* 古事記, recueil de mythes japonais, compilé au 8<sup>e</sup> siècle. Dans ces mythes, il existe trois mondes. Le premier est la Plaine du Haut-Ciel (*Takama-ga hara* 高天原), lieu pur où habitent les dieux célestes. C'est le *hare* ハレ. Le second est le pays central des Plaines-de-Roseaux (*Ashihara no Nakatsukuni* 葦原の中つ国), où les êtres humains et les dieux terrestres habitent, lieu où se déroulent la maladie, la mort et l'accouchement. C'est le *ke* ケ. Le dernier est le Royaume des ténèbres (*Yomi no kuni* 黄泉の国), lieu impur où habitent les morts. C'est le *kegare* ケガレ. Ces trois mondes ne sont pas absolument séparés, car les dieux circulent souvent entre eux. Notons que le *hare* ハレ et le *kegare* ケガレ ne sont pas directement connectés. Le *ke* ケ leur sert d'intermédiaire. Namihira explique que le *hare* ハレ et le *kegare* ケガレ doivent être séparés par le *ke* ケ, c'est-à-dire la vie quotidienne. Voici l'exemple d'un prêtre *shinto*, qui appartient au *hare* ハレ :

« [...] one who has an important role in a Shinto ritual must also be in a state, hare, which contrasts with that of everyday life. In order to achieve such a state, one observes special taboos; ordinary work is avoided. A Shinto priest who conducts a ritual is strictly separated from everyday life during this time. He lives in a shrine or a special sacred hut and eats food cooked with a special fire » (Namihira, 1977, p. 32).

Voici un exemple de la relation entre le *kegare* ケガレ et le *ke* ケ dans la mythologie japonaise. Dans le *Kojiki* 古事記, on retrouve l'histoire de deux divinités (*kami* 神 en japonais) : *Izanagi* イザナギ (masculin) et *Izanami* イザナミ (féminin). Ils sont à la fois frère et sœur, et époux. Ce sont eux qui ont créé le Japon. En accouchant du dieu du feu, *Izanami* イザナミ meurt d'une brûlure et se retrouve au Royaume des ténèbres. *Izanagi* イザナギ, ne voulant pas rester seul, y descend et l'implore de

revenir. *Izanami* イザナミ lui répond qu'elle ne peut plus sortir par elle-même, ayant consommé la nourriture du Royaume des ténèbres, mais qu'elle ira demander sa liberté au Supérieur du Royaume. En s'éloignant, elle implore son frère de ne pas la regarder, mais celui-ci s'impatiente, entre dans le palais et constate que sa sœur est maintenant putréfiée et se décompose. En colère, elle le chasse du palais. De retour du Royaume des ténèbres, *Izanagi* イザナギ purifie son corps avec de l'eau afin de retourner au pays central des Plaines-de-Roseaux : « Pouh! Me voilà sorti de ce pays hideux! Si sale! Mon auguste personne, maintenant... il va falloir la purifier! »<sup>13</sup> (Vinclair, 2011, p.32) Lors de cette purification<sup>14</sup>, la déesse du soleil est née par l'œil gauche d'*Izanagi* イザナギ. Ensuite, le frère de cette déesse est né, lorsqu'*Izanagi* イザナギ a lavé son nez.

Donc, le *hare* ハレ et le *kegare* ケガレ s'écartent du *ke* ケ. La théorie de Namihira est basée sur la relation entre les trois concepts. Cette théorie est très discutée parmi les savants. Emiko Ohnuki-Tierney soutient la structure dialectique du mythe japonais. Voici son interprétation à partir de l'extrait du *Kojiki* 古事記 que nous venons de voir :

(...) les principales déités du panthéon japonais sont nées d'un *processus* dialectique entre les deux valeurs opposées de la pureté et de l'impureté, qui sont respectivement liées à la vie et à la mort. Ces deux paires d'oppositions sont à leur tour en corrélation avec la division de l'univers en monde terrestre et monde souterrain. Aussi bien le monde du *Kojiki* tourne-t-il autour de trois oppositions : pureté/impureté ; vie/mort ; dessus/dessous. Loin d'être statiques, ces oppositions mettent l'univers japonais en mouvement constant. (Ohnuki-Tierney, 1993, p.87).

<sup>13</sup> Selon Namihira, c'est l'origine du *misogi*, la purification *shinto*. (Voir Namihira, 1977)

<sup>14</sup> On l'appelle purification, mais dans ce cas on dirait que c'est plutôt la décontamination, puisque *Izanagi* revient du sacré au profane.

Tokutaro Sakurai, folkloriste japonais, soutient également l'idée d'une structure dialectique dans l'univers japonais. Cependant, il ne considère pas le *kegare* ケガレ dans la même perspective que Namihira. Pour lui, lorsque le *ke* ケ (le profane) est flétri, cela devient *kegare* ケガレ.<sup>15</sup> Le *ke* ケ s'affaiblit avec le temps, alors il faut que le *ke* ケ ait une occasion d'entrer en contact avec le *hare* ハレ, pour retrouver de l'énergie. Après cette occasion, le *ke* ケ peut être régénéré :

« *Kegare* originally signified the condition when *ke*'s vitality had declined. Daily life cannot be sustained when *ke* has dried up and can no longer operate as usual. Soon malfunctions occur productive activities grind to a halt. [...] It is at this point that the invigorating *hare* observances enter, to provide *ke* with new vitality. Once *ke* is revitalized, it can operate as before, providing the necessary energy for the workaday world. After a while *kegare* sets in again, of course, and again the rites of *hare* are performed to revive and strengthen *ke*'s vitality. The cycle of *ke* – *kegare*, *kegare* – *hare*, *hare* – *ke* continues uncessantly. As a result, human life moves on normally, all the functions of society are duly performed, and the community's existence is assured » (Sakurai, 1984, p. 68).

Dans la théorie de Sakurai, le *kegare* ケガレ ne signifie pas nécessairement l'impureté. Le *kegare* ケガレ désigne plutôt l'état affaibli du *ke* ケ. De plus, il explique que, dans la sphère du *hare* ハレ, les côtés positifs et négatifs existent. Ces deux pouvoirs sont très similaires puisqu'ils sont différents du *ke* ケ. Par exemple, ils sont impliqués dans la signification des occasions spéciales, où on porte des vêtements et on mange des aliments spécifiques, comme dans les fêtes et le mariage, du point de vue positif du *hare* ハレ et dans les funérailles, du point de vue négatif du *hare* ハレ (Sakurai, 1984, p. 71). Cette opinion est proche de celle de Durkheim: les deux aspects du sacré, le pur et impur, sont interchangeable. Le *hare* englobe le

<sup>15</sup> Ohnuki renforce cette interprétation de Sakurai : « le *kegare* (impureté) correspond à un état de dégénérescence (...) *kegare* vient de *kegaru*, qui signifie décroître ou se faner » (Ohnuki-Tierney, 1993, p.88).

*kegare* ケガレ et empêche le *ke* ケ de devenir le *kegare* ケガレ. Dans le positif *hare* ハレ, le pur, les purifications donnent de l'énergie au *ke* ケ affaibli. Quant à l'aspect impur du *hare* ハレ, il se présente lors du *kegare* ケガレ, synonyme du *ke* ケ ou profane affaibli. La mort est un exemple du *ke* ケ affaibli. Les gens qui appartiennent à la sphère du *ke* ケ ou du profane ont peur du *ke* ケ affaibli et cette peur est contaminante. Alors, afin d'empêcher cette peur de se répandre dans toute la communauté, on écarte les gens qui sont proches du *ke* ケ affaibli. L'interdit facilite cet isolement. Les gens qui étaient proches du *ke* ケ affaibli doivent se purifier<sup>16</sup>, recharger la force du *ke* ケ, afin de retourner à la vie quotidienne. On peut comprendre pourquoi on purifie le corps avec le sel après avoir participé aux funérailles. Sakurai explique que, dans les deux cas, pur et impur, le *hare* ハレ sert à empêcher que le *ke* ケ devienne affaibli et que le *hare* ハレ élimine ce dernier (Sakurai, 1984, p.72). Dans les deux cas, la purification et le tabou demandent aux gens de s'écarter la vie quotidienne ou du profane.

Sakurai a utilisé également cette interprétation dans les cas de l'accouchement et des menstruations (Sakurai, 1984, p. 72-73). Il explique qu'après l'accouchement, la plupart des rituels qui surviennent dans la croissance des enfants sont en lien avec le positif *hare* ハレ. Par ailleurs, l'accouchement concerne beaucoup de tabous. Jadis, les parturientes devaient accoucher et rester pendant quelque temps après l'accouchement dans une cabane. Par la suite, ces coutumes ont disparu; la cabane est devenue une chambre cloisonnée dans la maison<sup>17</sup>. Donc, les femmes étaient écartées de la vie quotidienne. Sakurai explique que c'est parce que l'accouchement est une occasion intensive de *kegare* ケガレ, qui consomme beaucoup l'énergie d'une

<sup>16</sup> Selon Sakurai, les gens qui sont proches du *kegare* ケガレ ne doivent pas partager le domicile et le foyer avec les autres; cette obligation est considérée comme une forme de purification.

<sup>17</sup> Il semble qu'il n'y ait plus de telle chambre cloisonnée dans les maisons aujourd'hui, les femmes accouchant à l'hôpital.

parturiente; la parturiente pourrait même en mourir. Afin de retourner à la vie quotidienne, une femme, après l'accouchement, doit effectuer le rituel de la purification. Elle purifie son corps avec de l'eau douce et de l'eau salée. Sakurai applique la même interprétation aux menstruations, puisqu'anciennement au Japon, les menstruations étaient considérées comme un état de *kegare* ケガレ. Afin de rétablir la force du *ke* ケ, les femmes menstruées étaient écartées des autres membres de la famille et elles ne partageaient pas le feu avec les autres.

Donc, la théorie de Sakurai et celles de Durkheim et de Ménard sont assez proches.<sup>18</sup> Lorsque le profane s'affaiblit, il doit toucher le sacré afin de se régénérer. Ce sacré comprend deux côtés : le pur et l'impur. Comme nous avons vu, il y a des points similaires dans la théorie sur le sacré et le profane, et sur le *hare* ハレ, le *ke* ケ et le *kegare* ケガレ. Dans ce mémoire, afin de préserver la clarté de la compréhension des concepts, j'utiliserai les mots *ke* ケ dans le sens profane, le *kegare* ケガレ sera compris comme l'impur et le *hare* ハレ, comme le pur.

### 2.3. L'application au cas du sang menstruel

On peut comprendre que le sang menstruel puisse posséder une connotation sacrée, car les menstruations sont un phénomène en un sens extraordinaire. Le sang des menstruations, qui vient du vagin sans blessure, peut être perçu comme déstabilisant et surnaturel. Les femmes saignent chaque mois alors que les hommes saignent

---

<sup>18</sup> Il y a beaucoup de savants qui expliquent les concepts de *hare* ハレ, *ke* ケ et *kegare* ケガレ en utilisant la théorie de Durkheim. Cependant, quelques savants japonais considèrent que la dichotomie du sacré et profane de la théorie de Durkheim ne s'applique pas aux relations de *hare* ハレ, *ke* ケ et *kegare* ケガレ, puisque cette dichotomie est valide pour les sociétés chrétiennes. Bref, il n'y a pas chez les savants de consensus pour définir la relation entre *hare* ハレ, *ke* ケ et *kegare* ケガレ (Hōjō, 2008; Kotani, 1999; Monma, 1997).

seulement lors de la guerre ou de la chasse. La perte de sang est habituellement synonyme de blessure, voire de mort, et cependant les femmes saignent régulièrement sans être en danger. Le sang menstruel était donc une manière de distinguer les femmes des hommes. Les femmes, après leurs premières menstruations, deviennent puissantes et menaçantes, car elles ont le pouvoir de créer une nouvelle vie. Les hommes ne peuvent pas avoir d'enfants seuls; pour se reproduire, ils ont besoin des femmes. La survie de la société repose donc sur les femmes. Pour maintenir la hiérarchie entre les hommes et les femmes, et maintenir le pouvoir des hommes, il faut contrôler ce pouvoir menaçant des femmes (Héritier, 2012; Héritier *et al.*, 2011). De plus, le sang menstruel est ambivalent, car il signifie la fécondité et la puissance de la vie et il est aussi porteur de mort, car il montre qu'il n'y a pas eu de fécondation. Ainsi, face à ce pouvoir mystérieux et effrayant des femmes, presque toutes les cultures ont développé des façons de réguler les menstruations, en s'assurant que les femmes méconnaissent leur pouvoir et en leur ôtant leur liberté. Comme les femmes ont leurs menstruations chaque mois, sauf pendant la grossesse, elles montrent leur pouvoir chaque fois, ce qui constitue une menace qui intervient à intervalles réguliers pour les hommes. Chaque mois, il y a donc régulation des menstruations et les interdits s'appliquent. Dans plusieurs cultures, on associe le sang, ainsi que les menstruations et l'accouchement où il y a l'effusion de sang, à la souillure. Comme le sang menstruel est symboliquement considéré comme impur et contaminant, il importe de ne pas souiller les autres, de ne pas être vue avec du sang menstruel. Il faut des moyens pour contenir le sang menstruel et le camoufler.

Rappelons maintenant quelques éléments du rôle du tabou des menstruations au Japon. Anciennement, la culture patriarcale dominait les femmes, porteuses de ce sang surnaturel. On les isolait dans des cabanes pendant leurs menstruations et leur accouchement, considérés comme impurs. L'exercice de ces tabous permettait de contrôler les femmes. Cette impureté symbolique permettait aux hommes d'exclure les femmes du monde religieux et politique. Dans les cabanes, les femmes étaient très



limitées; elles ne pouvaient pas se déplacer et elles ne pouvaient pas avoir de contact avec d'autres membres de la famille. Cette pensée symbolique du pur et de l'impur, dans les termes japonais *hare* ハレ et *kegare* ケガレ, donnait au monde son sens et montrait aux Japonais ce qui était bon et ce qui ne l'était pas. Les règles leur indiquaient ce qu'ils devaient éviter et le contrôle des femmes était assuré.

#### 2.4. Méthodologie

Nous avons appliqué la méthode de l'analyse du contenu telle que définie par René L'Écuyer :

[...] l'analyse de contenu est une méthode scientifique, systématisée et objectivée de traitement exhaustif de matériel très varié par l'application d'un système dit de codage/décodage conduisant à la mise au point d'un ensemble de catégories [...] dans lesquelles les divers éléments du matériel analysé sont systématiquement classifiés [...] dans le but de faire ressortir les caractéristiques spécifiques de ce matériel [...] en se basant surtout sur une excellente analyse qualitative complète et détaillée des contenus manifestes, ultimes révélateurs du sens exact du phénomène étudié, et complétée dans certains cas par une analyse des contenus latents afin d'accéder alors au sens caché potentiellement véhiculé [...] (L'Écuyer, 1987).

J'ai d'abord commencé avec des lectures préliminaires, concernant l'histoire sur le *kegare* ケガレ au Japon. Ensuite, je me suis appliquée à circonscrire le cadre théorique de mon étude à l'aide des concepts de tabou, d'interdit, de sacré / de profane et de pur / d'impur. Puis j'ai préparé en détail le contenu de mes entrevues avec des femmes japonaises en écrivant la Demande d'approbation éthique, qui a été examinée par le Comité d'éthique de la recherche pour les projets étudiants impliquant des êtres humains de l'UQAM. Dans cette démarche, j'ai préparé deux documents : le formulaire de consentement à donner aux participantes et les listes de questions. (Pour ces listes, voir les annexes B et C.) J'ai écrit ces deux documents en

français et je les ai traduits en japonais. Ensuite, j'ai effectué les entrevues au Japon. Par la suite, j'ai fait les transcriptions de ces entrevues en japonais et je les ai traduites en français. Ainsi, tous les témoignages des participantes qui sont placés dans les chapitres de la présentation des données sont des traductions libres du japonais faites par moi-même.

Enfin, j'ai rédigé la description du contenu des entrevues et je l'ai analysé à l'aide du cadre théorique. En utilisant la méthode de l'analyse du contenu, j'ai dégagé différentes catégories pour l'interprétation des entretiens. Pour toutes les participantes : les premières menstruations, les produits d'hygiène féminine, le congé menstruel, les interdictions pendant les menstruations. Pour la génération jeune seulement : la publicité des produits d'hygiène féminine, et les rapports sexuels pendant les menstruations. (J'ai considéré ces catégories seulement pour cette génération, car la génération des 60 ans et plus n'utilise plus ces produits d'hygiène. Quant à la question sur les rapports sexuels pendant les menstruations, j'ai considéré que cette question est très impolie pour les femmes âgées. Comme je le détaille dans le chapitre quatre, même la génération plus jeune a hésité à en parler.)

Pour la génération des 60 ans et plus seulement : les cabanes d'accouchements, le sùtra sur la menstruation, le point de vue de cette génération sur la façon dont les nouvelles générations vivent leurs menstruations. J'ai ajouté ces questions, car j'ai pensé que cette génération a d'ailleurs été confrontée aux anciennes coutumes que la jeune génération. De plus, je voulais savoir comment l'expérience des femmes sur les menstruations a évolué entre ces deux générations.

## 2.5. Description de l'entrevue

En décembre 2014 et en janvier 2015, j'ai conduit des entretiens avec des femmes japonaises au Japon. Pour le recrutement, j'ai demandé à mon cercle de connaissances de femmes adultes<sup>19</sup> de m'aider à trouver des participantes, puis j'ai demandé à ces personnes de me fournir des contacts pour d'autres participantes (méthode boule de neige). Les entrevues ont été faites de façon semi-directive, en japonais, et je les ai enregistrées. Ces entrevues ont été faites, certaines individuellement, d'autres en groupe, et ont duré entre 15 et 50 minutes.

Il y a 23 participantes au total, et ces femmes étaient de deux catégories d'âge : 1) celles qui sont âgées de 20 à 50 ans, qui sont menstruées et qui utilisent les produits d'hygiène féminine. 2) celles qui sont âgées de plus de 60 ans, qui ne sont plus menstruées mais qui se souviennent des cabanes d'accouchement / menstruelles ou qui ont connu l'époque où les produits d'hygiène féminine n'existaient pas. (Mais ces suppositions n'ont pas bien fonctionné lorsque les entretiens ont été effectués.) Étant donné que j'ai demandé à mes connaissances de m'aider à trouver des participantes, j'ai donc interrogé des personnes que je ne connaissais pas personnellement. Les entrevues ont été faites dans un endroit choisi en accord avec les participantes (café / salle de réunion). Mes participantes appartiennent à la classe moyenne. Dans la première catégorie, les participantes travaillaient dans la même entreprise sauf les participantes A, B, C, D, et E. Dans la deuxième catégorie, tous les entretiens ont été faits en groupe.

---

<sup>19</sup> L'âge de la majorité est fixé à 20 ans au Japon.

### CHAPITRE III

#### DESCRIPTION ET ANALYSE DES DONNÉES : LES FEMMES ÂGÉES DE 20 À 50 ANS

Ce chapitre comprend la description et l'analyse des données des entretiens avec les femmes âgées entre 20 et 50 ans. Les six thématiques suivantes sont présentées : les premières menstruations, les produits d'hygiène féminine, la publicité des produits d'hygiène féminine, le congé menstruel, les interdits pendant les menstruations, et les rapports sexuels pendant les menstruations.

Il y a 14 participantes dans cette catégorie, et presque toutes sont dans la trentaine ou la quarantaine. Toutes sont de classe moyenne et ont eu une éducation supérieure. Toutes les participantes détenaient un emploi au moment de l'entrevue.

##### Entretiens individuels

A : 33 ans, employée dans une entreprise, mariée, un enfant

E : 34 ans, employée avec contrat à durée déterminée dans une entreprise, en relation<sup>20</sup>

F : 40 ans, employée dans une entreprise, en relation

G : 2 ans, employée intérimaire, mariée

H : 33 ans, employée dans une entreprise, en relation

I : 33 ans, employée dans une entreprise, mariée

J : 23 ans, employée dans une entreprise, en relation

---

<sup>20</sup> Cette expression désigne une personne qui semble avoir un partenaire, mais, dans le cadre de l'entretien, je trouvais qu'il pouvait être impoli de poser directement une question concernant la vie privée de cette personne.

- K : 42 ans, employée dans une entreprise, mariée, des enfants  
 L : 47 ans, employée intérimaire, célibataire  
 M : 38 ans, employée à durée limitée dans une entreprise, en relation  
 N : 36 ans, employée dans une entreprise, mariée, des enfants

### Entretiens en groupe

Groupe 1(2 participantes) : B (40 ans, modéliste, mariée), C (46 ans, modéliste, célibataire)

Groupe 2 (1 participante) : D (39 ans, employée dans une entreprise, mariée, des enfants), (une deuxième personne a participé à cet entretien, mais, comme cette personne est mon amie, je ne retiens pas ses propos dans le cadre de mon analyse. Je me conforme ainsi à la demande du Comité d'éthique.)

## 3.1. Les premières menstruations

### 3.1.1. Description

Les participantes de cette catégorie ont eu leurs premières menstruations entre 11 et 15 ans. Seulement deux participantes indiquent qu'elles ont reçu une éducation sexuelle à l'école. Cependant, l'ensemble des participantes a obtenu des informations sur les menstruations par des amies. Presque toutes les participantes ont parlé avec leur mère lorsqu'elles ont eu leurs premières menstruations et plusieurs éprouvaient un sentiment de gêne. Même les filles qui ne comprennent pas bien ce que sont les menstruations, pensent qu'il est honteux de montrer à leur mère leurs sous-vêtements avec le sang menstruel :

J'avais honte de montrer mes sous-vêtements sales à ma mère. Ma mère m'a dit que c'était les menstruations. (Participante B)

J'étais plus surprise et embarrassée qu'heureuse à ce moment-là. J'ai parlé de mes premières menstruations avec ma mère, mais je n'en ai pas parlé avec mes amies. Je n'ai pas célébré mes premières menstruations avec ma famille. (Participante L)

Leurs sentiments à ce moment-là varient entre la surprise, l'indifférence et la perplexité. Comme elles avaient souvent déjà eu des informations sur les menstruations à l'école par l'éducation sexuelle ou par leurs amies, elles n'ont pas paniqué :

Puisque j'avais eu des cours d'éducation sexuelle à l'école primaire, je n'ai pas été surprise lorsque j'ai eu mes premières menstruations; j'ai senti que « finalement ça m'est arrivé ». [...] Je ne me suis sentie ni anxieuse ni gênée. (Participante A)

Je n'ai pas beaucoup d'impressions sur cette expérience... je pense que c'est parce que j'avais déjà eu des informations sur les menstruations comme d'autres filles en parlaient. Je n'ai pas été surprise quand mes premières menstruations sont arrivées, car je savais que ça m'arriverait bientôt. (Participante J)

Seulement deux participantes indiquent qu'elles étaient heureuses d'avoir eu leurs premières menstruations :

Ma mère m'a dit que les premières menstruations étaient un événement un peu embarrassant, mais heureux. Alors j'ai pensé que c'était une bonne chose. (Participante D)

J'ai attendu mes premières règles comme d'autres filles les avaient déjà eues. J'étais contente à ce moment-là, j'étais assurée d'être devenue une femme. J'ai parlé de mon expérience avec ma mère, et j'ai aussi téléphoné à mes amies; je pense que j'étais très heureuse. (Participante M)



Cinq participantes indiquent qu'elles avaient un sentiment plus négatif que positif lors des premières menstruations. Certaines participantes attendaient leurs premières menstruations, mais elles les ont trouvées ennuyeuses :

Je n'ai pas beaucoup aimé mes premières menstruations. Je ne me suis pas sentie à l'aise avec l'idée de devenir une « femme ». (Participante C)

Les filles autour de moi avaient déjà eu leurs premières menstruations alors je les attendais. Lorsque ça m'est arrivé, j'ai eu des sentiments mêlés, car les menstruations ont l'air ennuyeux. (Participante G)

Mes camarades de classe ont parlé de leurs premières règles, alors je les ai attendues. J'ai eu des sentiments complexes; ça m'a rassuré de les avoir comme je m'y attendais, mais en même temps, j'avais mal au ventre et j'ai trouvé que c'est une chose ennuyeuse. (Participante N)

Sept participantes ont mangé du *sekihan* 赤飯<sup>21</sup> à ce moment-là, pour célébrer leurs premières menstruations :

J'en ai parlé avec ma mère, mais pas avec mes amies. Ma mère a fait du *sekihan* 赤飯. (Participante D),

Je pense que ma mère a fait du *sekihan* 赤飯, mais comme j'ai deux petits frères, elle l'a fait sans expliquer pourquoi. (Participante M)

Deux participantes ont eu honte de manger du *sekihan* 赤飯, car elles ne voulaient pas que leur père et leur frère sachent ce qui s'était passé. Les participantes considèrent que la menstruation est une réalité à partager seulement entre les femmes :

---

<sup>21</sup> Il s'agit d'un plat salé composé du riz glutineux cuit avec des haricots rouges. Il est servi à l'occasion d'un événement heureux tel que le mariage, le jour de l'accession à la majorité, la journée dédiée aux personnes âgées, etc. Le plat est rouge, car les haricots rouges rougissent le riz. C'est un plat assez commun, on peut en acheter même au dépanneur.

J'ai parlé de mon expérience à ma mère et elle a fait du *sekihan* 赤飯. J'étais très gênée, je ne voulais pas que mon père comprenne. (Participant N)

Je me souviens que ma mère a voulu faire du *sekihan* 赤飯 et je lui ai demandé de ne pas le faire. J'ai dit à ma mère que j'avais eu mes premières menstruations, mais je ne voulais pas le faire savoir à mon père et à mon frère. (Participant F)

La participante D mentionne qu'elle a célébré les premières menstruations de sa fille avec des gâteaux, au lieu du *sekihan* 赤飯 :

Pour les premières menstruations de ma fille lorsqu'elle était en troisième année d'école primaire, on les a célébrées avec un gâteau et pas du *sekihan* 赤飯. (Participant D)

### 3.1.2. Analyse

Les premières menstruations constituent une étape importante dans la vie des femmes; elles prouvent qu'une fille devient une femme et qu'elle est féconde. En même temps, les premières menstruations sont le moment de l'apprentissage de la gestion de l'impureté, puisque les menstruations apparaissent encore aujourd'hui associées à la souillure<sup>22</sup>. Dans le cadre des cours d'éducation sexuelle, les filles apprennent à utiliser les serviettes hygiéniques et les tampons, à dissimuler le sang des menstruations, etc. Ce cours ne semble pas être pour les filles l'occasion de prendre conscience de la puissance et de la grandeur de la fécondité. Le maintien de la hiérarchie entre les hommes et les femmes est préservé.

---

<sup>22</sup> La participante B dit « J'avais honte de montrer mes sous-vêtements sales à ma mère. Ma mère m'a dit que c'était les menstruations. » (p.38)

On célèbre les premières menstruations, mais, en même temps, on les abhorre. Elles ne sont ni complètement pures ni complètement impures. Elles comprennent les deux aspects à la fois. Les premières menstruations constituent un moment de passage : de la non fécondité à une possible fécondité. Cette possibilité, la virtualité de créer de la nouvelle vie, permet aux filles de contribuer à l'équilibre de l'univers et ce concept correspond à la notion de *hare* ハレ, synonyme de l'ordre, de la pureté et de la productivité. Par ailleurs, les premières menstruations comportent aussi un aspect impur. Si les premières menstruations démontrent un potentiel de fécondité, par contre, le fait qu'elles aient lieu manifeste qu'il n'y a pas eu de fécondation. De plus, le sang menstruel qui vient du vagin sans blessure est associé à une substance surnaturelle qui atteste l'état de *kegare* ケガレ – synonyme de la mort, du désordre et de l'impur. Le fait que le pur et l'impur soient associés aux menstruations crée une ambiguïté, d'où origine leur caractère tabou.

On peut observer cette ambiguïté de la menstruation dans les réponses de plusieurs personnes interrogées. Certaines répondantes étaient heureuses lors de leurs premières menstruations; elles étaient contentes de devenir des femmes, c'est-à-dire d'être potentiellement fécondes, d'être *hare* ハレ et pures, de participer à l'équilibre du monde. Par contre, d'autres répondantes se sont senties mal à l'aise à ce moment-là : elles considéraient leurs menstruations comme une forme de souillure, comme *kegare* ケガレ. À cause des menstruations, chaque mois, les femmes deviennent porteuses de souillure et ce jusqu'à la ménopause.

D'après les informations recueillies, le cours d'éducation sexuelle est assez théorique et la mère semble gênée d'informer ses filles. Les menstruations étant porteuses du *kegare* ケガレ, les enseignants et la mère évitent possiblement ce sujet par crainte du désordre associé au *kegare* ケガレ. Si les menstruations étaient pures, les enseignants et la mère n'hésiteraient pas à en parler aux filles. L'éducation sexuelle apparaît

plutôt comme un moment pour apprendre à gérer la souillure. Les filles apprennent à réguler le sang menstruel avec les produits d'hygiène féminine et comment être discrètes pendant les menstruations. Tous ces gestes que les filles apprennent ont pour objectif de ne pas causer de désordre et de maintenir l'ordre dans la société. Les filles menstruées sont porteuses de sacré mais, par l'éducation sexuelle, elles apprennent qu'elles sont souillure.

Le cours d'éducation sexuelle pourrait être un moment où les filles apprennent à apprivoiser leur pouvoir de créer une nouvelle vie. Mais l'éducation sexuelle met plutôt les filles en garde contre l'exercice libre de la sexualité afin de maintenir l'ordre social. C'est un enseignement où les jeunes filles apprennent à se tenir, à faire attention. Elles savent que, si elles perdent leur virginité, elles auront moins de valeur. Elles savent aussi que, si elles deviennent enceintes, elles peuvent avorter, etc. Cela montre la face négative du pouvoir de la fécondité. Comme la chasteté et la virginité sont des valeurs importantes dans la société japonaise (Kozu, 1999, p.52), l'avènement des premières menstruations pourrait entraîner le désordre dans la famille et à l'école.

Par contre, les amies jouent un rôle dans la transmission de l'information sur les menstruations. On peut comprendre que les amies, qui ont leurs premières menstruations à peu près dans la même période, partagent alors la même condition d'impureté. Cela facilite sans doute la transmission de l'information. Les enseignantes et la mère qui ont eu leurs premières menstruations beaucoup plus tôt ne partagent pas cette même condition. L'amitié entre les filles permet de se rassurer mutuellement et d'apaiser des craintes. Cela rend le tabou moins lourd à porter, mais cela ne le fait pas disparaître.

La moitié des participantes ont célébré leurs premières menstruations avec un plat traditionnel japonais, le *sekihan* 赤飯. Souvent, le *sekihan* 赤飯 est servi lors d'une occasion de *hare* ハレ, une occasion de réjouissance, telle que le mariage. Le rituel, souligne la face positive des premières menstruations. C'est la manière de leur donner de l'importance. La signification du *sekihan* 赤飯 est souvent partagée entre les femmes. Il y a alors une sorte de complicité entre les filles et la mère. La ritualisation se vit entre femmes et permet une gestion du tabou entre elles. Dans un cas, un gâteau occidental a été servi à la place du *sekihan*; il visait aussi à célébrer une occasion de *hare* ハレ.

Le *sekihan* 赤飯, composé de riz rouge et de haricots rouges, est un plat très significatif. Les couleurs sont signifiantes dans le shintoïsme. Selon Emiko Namihira, la couleur rouge est associée à la notion de *hare* ハレ, c'est pourquoi le temple *shinto* est coloré de rouge. On mange du *sekihan* 赤飯 lors d'un rituel *shinto* pour sa couleur rouge (Namihira, 1977, p.16). La couleur du *sekihan* 赤飯 et la couleur du sang menstruel sont assez proches. Le *sekihan* 赤飯 est, en fait, brun/rouge comme les haricots rouges plutôt que rouge vif. Le sang menstruel devient aussi brunâtre une fois séché. On peut comprendre que la couleur du *sekihan* 赤飯 et du sang menstruel soit symboliquement associée.

Selon Lévi-Strauss, en Inde ancienne, les haricots étaient associés au testicule mais, dans le mythe japonais, les haricots sortent du vagin d'une déesse. Ainsi, les haricots se présentent entre le testicule et la partie génitale féminine (Lévi-Strauss, 1983, p. 268). Lévi-Strauss explique également que, dans les plusieurs cultures incluant les cultures gréco-romaine et japonaise, les légumineuses sont associées à l'au-delà et aux défunts et elles jouent un rôle intermédiaire entre les deux mondes (Lévi-Strauss, 1983, p. 270 - 271). Comme le testicule est un symbole de la vie, et qu'en même

temps les haricots signifient la mort, ces derniers occupent une place ambiguë. De plus, les haricots, en japonais, *mamé*, signifient aussi clitoris, qui est la partie la plus masculine dans le corps des femmes<sup>23</sup> (Lévi-Strauss, 1983, p.268). On pourrait comprendre, ici, que le rite du *sekihan* 赤飯 souligne le caractère ambivalent des menstruations qui montrent à la fois la possibilité de la fécondité (la vie) et l'infécondité (la mort). Ce rite divise aussi les étapes de la vie des femmes, entre la période de la fécondité et celle de l'infécondité. Comme les filles d'autrefois pouvaient arriver à l'âge adulte plus tôt qu'aujourd'hui<sup>24</sup>, il est compréhensible qu'on mange du *sekihan* 赤飯 lors des premières menstruations. Après les premières menstruations, être enceinte devient une tâche importante pour les femmes, afin de participer au cercle de la productivité. Selon les idées de Lévi-Strauss, on peut observer que le plat du *sekihan* 赤飯 est un symbole de la création de la vie. De plus, comme dit Durkheim, les rites assurent la séparation entre le profane et le sacré. On voit, ici, que les premières menstruations semblent être considérées comme sacrées puisqu'elles sont marquées par un rituel (Durkheim, 1985).

### 3.2. Les produits d'hygiène féminine

#### 3.2.1. Description

Toutes les participantes utilisent la serviette hygiénique ou le tampon. Huit d'entre elles utilisent la serviette hygiénique, quatre, la serviette et le tampon et deux, le tampon. Il est important, pour les femmes qui utilisent les produits d'hygiène féminine, d'être confortables pendant les menstruations. Presque toutes les

<sup>23</sup> Mais le clitoris est aux femmes, ce n'est pas Lévi-Strauss qui décide si c'est la partie la plus masculine dans le corps des femmes.

<sup>24</sup> Aujourd'hui, l'âge de majorité est 20 ans, mais, au 11<sup>e</sup> siècle, c'était environ 14-15 ans (Shibukawa, 1958, p.25).



participantes utilisent la serviette hygiénique. Seulement deux participantes n'utilisent que le tampon. La plupart du temps, les participantes n'expliquent pas pourquoi elles choisissent ces produits, mais on pourrait comprendre qu'elles ne s'habituent pas à utiliser le tampon. Les serviettes hygiéniques sont déjà suffisantes pour elles.

Huit participantes utilisent, en général, la serviette hygiénique et certaines d'entre elles ont déjà utilisé le tampon, mais elles ne l'utilisent plus. Quelques participantes expliquent pourquoi elles n'utilisent plus le tampon. La douleur, la diminution du sang menstruel et la difficulté de l'utilisation sont les causes pour lesquelles elles n'utilisent plus le tampon :

D'habitude j'utilise la serviette hygiénique. J'utilisais aussi le tampon avant, mais j'avais plus de douleurs menstruelles à ce moment-là et puis, j'ai lu que les symptômes prémenstruels s'aggravent à cause du tampon, alors j'ai arrêté de l'utiliser. (participante G)

En ce moment, j'utilise seulement la serviette hygiénique. J'utilisais aussi le tampon quand j'étais plus jeune, mais je ne l'utilise plus. Avec l'âge, la quantité de mon sang a diminué et je ne fais plus de sport régulièrement. (participante M)

J'utilise seulement la serviette hygiénique en ce moment. J'ai utilisé le tampon auparavant, mais je n'ai pas aimé ça; c'était difficile de l'insérer et parfois je me suis trompée. J'ai eu l'impression d'avoir acheté ça pour rien. (participante N)

Quatre participantes utilisent la serviette hygiénique et le tampon. Seulement deux participantes indiquent qu'elles n'utilisent que le tampon. Une participante explique pourquoi elle utilise le tampon :

J'utilise le tampon, car j'ai facilement de la dermatite. (NDLR; aux parties intimes, à cause de la serviette.) (Participante F)

Aucune des participantes ne connaît la coupe menstruelle<sup>25</sup>. Deux participantes indiquent qu'elles ont utilisé des serviettes hygiéniques en tissu. Elles trouvent qu'il est difficile de continuer à les utiliser, car il faut les laver souvent et il est gênant de le faire pendant le travail :

Si je travaille dans une entreprise, c'est difficile de continuer à utiliser des serviettes en tissu. Il faut garder les serviettes sales et les apporter à la maison. C'est pénible, alors j'en utilise seulement quand je reste à la maison. [...] C'est trop difficile d'utiliser la serviette hygiénique en tissu pour moi. (participante B)

J'utilisais des serviettes en tissu pendant deux ans que je ne travaillais pas. [...] Quand je suis retournée au travail, j'ai recommencé à utiliser la serviette hygiénique. C'est plus pratique que celles en tissu. En plus, la qualité des produits a été améliorée aujourd'hui, alors je préfère les serviettes normales. (Participante G)

### 3.2.2. Analyse

Aujourd'hui, les produits d'hygiène féminine sont essentiels pour les femmes japonaises pendant leurs menstruations. Grâce à ces produits, elles peuvent confortablement travailler même si elles sont menstruées. Plus de 50 ans après l'introduction des serviettes hygiéniques japonaises, nous avons à présent divers choix de produits : les serviettes hygiéniques, les serviettes en tissus, les tampons et la coupe menstruelle. On peut se demander si ces produits s'inscrivent dans la dynamique du pur et de l'impur, puisque les produits d'hygiène féminine permettent de gérer la souillure, le sang menstruel. Mais, comme ils recueillent la souillure, ils peuvent aussi être considérés comme des objets tabous.

---

<sup>25</sup> Il s'agit d'une petite coupe en silicone à insérer dans le vagin pendant les menstruations.

Toutes les participantes utilisent les serviettes hygiéniques ou les tampons, qui sont des produits jetables. De plus, les serviettes hygiéniques sont plus populaires que les tampons chez les répondantes. Les serviettes hygiéniques sont très populaires parce qu'on apprécie leur commodité. En effet, les serviettes hygiéniques gardent le sang et permettent donc de recueillir la souillure. Ce sont des produits jetables dont on peut facilement disposer sans avoir à toucher la souillure. Les serviettes hygiéniques permettent une gestion plus facile du *kegare* ケガレ, synonyme de souillure, de désordre, de pollution et d'impureté, etc. Voilà pourquoi les répondantes sont à l'aise avec les serviettes hygiéniques.

Deux répondantes ont déjà utilisé les serviettes en tissus, mais elles ont constaté que c'était difficile de s'en servir pendant les heures de travail. Les serviettes en tissus ressemblent aux serviettes hygiéniques, mais elles ne sont pas jetables. Il faut les laver et les sécher pour les réutiliser. Au moment de faire la lessive, elles n'appréciaient pas d'être en contact avec les taches du sang menstruel sur les serviettes. Les répondantes seraient également gênées de laver leurs serviettes sales en tissus dans leur entreprise; elles ne veulent pas être exposées au regard des autres lorsqu'elles touchent les taches du sang menstruel. Elles doivent donc les rapporter à la maison. Les taches du sang menstruel montrent qu'elles ne sont pas fécondées, c'est-à-dire qu'elles ne participent pas à l'ordre de la productivité.

Les utilisatrices du tampon sont moins nombreuses que celles qui utilisent les serviettes hygiéniques. Certaines répondantes se sentent mal à l'aise lorsqu'elles utilisent un tampon. Contrairement aux serviettes hygiéniques, le tampon garde le sang, c'est-à-dire la souillure, à l'intérieur du vagin. Si une femme utilise un tampon, elle peut garder l'impureté dans son corps. Bien sûr, le tampon est aussi jetable comme les serviettes hygiéniques, mais, lorsqu'on l'utilise, il faut l'insérer dans le vagin. Comme nous avons vu dans le chapitre portant sur le cadre théorique, tous les

orifices du corps sont vulnérables et, surtout, le vagin est un endroit qui est facilement envahi. Par exemple, avant que la femme soit féconde, le vagin doit être pénétré par le pénis. L'insertion du tampon dans le vagin est un acte intime; le tampon est un objet étranger pour le corps des femmes. Symboliquement, il envahit le vagin et il garde la souillure dans le corps des femmes. C'est ainsi qu'on peut expliquer pourquoi la plupart des répondantes préfèrent les serviettes hygiéniques.

Quant à la coupe menstruelle, aucune des répondantes ne l'utilisait. Faut reconnaître qu'elle est peu connue et diffusée. Mais, en même temps, son usage peut apparaître difficile. La femme doit insérer la coupe menstruelle dans son corps avec des gestes plus intimes que le tampon. La femme est obligée de mettre ses doigts dans son vagin et de toucher au sang menstruel. Dans cet acte, il y a plus de contact avec le désordre, le *kegare* ケガレ, qu'avec les autres produits.

### 3.3. La publicité des produits d'hygiène féminine

#### 3.3.1. Description

Seulement quatre participantes disent qu'elles consultent plus ou moins la publicité lorsqu'elles achètent des produits d'hygiène féminine. La plupart des participantes disent qu'elles achètent toujours les mêmes produits ou ceux qui sont les moins chers; donc, elles ne regardent pas trop la publicité. Cinq participantes parlent de ce qu'elles pensent de la publicité des produits d'hygiène féminine avec laquelle elles sont plus ou moins mal à l'aise.

Souvent, la publicité des produits d'hygiène féminine ne montre pas trop la réalité des menstruations. La participante A trouve que souvent, les femmes dans la publicité des produits d'hygiène féminine portent un pantalon blanc, probablement pour montrer

que les produits ne laissent pas filtrer le sang menstruel. Ce témoignage suggère que la répondante est craintive à l'idée de faire une tache de sang menstruel qui serait facilement perçue si elle portait un pantalon blanc :

Dans la publicité pour les produits d'hygiène féminine à la télé, j'ai remarqué que les femmes portent souvent un pantalon blanc. Mais je ne pourrais pas porter ça lors de mes menstruations, ça m'inquiéterait un peu. (Participant A)

Les femmes de 10 à 50 ans ont des menstruations, mais, dans la publicité des produits d'hygiène féminine, on ne voit que des jeunes filles; et il y a toujours une image mignonne pour les produits :

J'ai l'impression que la publicité des produits d'hygiène féminine choisit souvent une fille vedette du petit écran, et je me demande pourquoi cette publicité souligne toujours l'image de féminité comme mignonne et jeune, bien que les femmes plus âgées aussi aient des menstruations. (Participant H)

La participante B pense que l'emballage mignon des produits d'hygiène féminine fonctionne pour camoufler ce qu'il y a dedans :

Une fois, une serviette hygiénique est tombée de mon sac, bien que j'essaie de les cacher d'habitude. Les gens ne m'ont rien dit même s'ils comprenaient sûrement ce que c'était. À partir de ce moment, je me suis rendu compte que l'emballage des serviettes hygiéniques est peut-être joli pour que ça ne gêne pas les autres. (Participant B)

La publicité des produits d'hygiène féminine porte particulièrement sur la serviette hygiénique et peu sur le tampon. La participante F, qui utilise le tampon, mentionne la publicité du tampon :

J'ai remarqué qu'il n'y a pas de publicité sur le tampon à la télévision. (Participant F)

De plus, la publicité des produits d'hygiène n'est pas partout, elle est plutôt limitée. Seule la participante J remarque cette situation et elle souhaite la changer :

Personnellement, je veux qu'il y ait plus de publicité des produits d'hygiène féminine, car la publicité est silencieuse en ce moment. Je ne pense pas qu'il soit nécessaire de la cacher; on la voit dans les magazines pour les femmes et à la télé, mais je voudrais que l'on la voie ailleurs. (Participante J)

Par ces derniers témoignages, on peut comprendre que non seulement le sang menstruel, mais aussi les produits d'hygiène féminine, sont considérés comme des choses qui doivent être cachées où qui doivent être limitées à des endroits spécifiques.

Deux participantes se demandent ce que les hommes perçoivent en regardant la publicité des produits d'hygiène féminine :

Je me demande comment les hommes la perçoivent en la regardant. (Participante F)

Je pense que c'est un peu étrange que ça passe à la télévision, alors que les menstruations sont un phénomène uniquement féminin. Je crois que les hommes ne comprennent pas trop à quoi ça sert en regardant cette publicité. Je ne me sens pas mal à l'aise quand je vois des publicités pour les produits d'hygiène féminine. (Participante L)

Cinq participantes disent qu'elles ne sont pas à l'aise en regardant la publicité des produits d'hygiène féminine, surtout quand elles sont avec les hommes. La participante C dit qu'elle a le même sentiment quand elle regarde la publicité sur les produits d'hygiène féminine et sur les préservatifs. D'autres témoignages parlent de l'inconfort ressenti quand il y a visionnement de la publicité des produits d'hygiène féminine avec les hommes :



Je ne veux pas trop voir la publicité des produits d'hygiène féminine à la télé. J'hésite à la voir avec les hommes; je trouve que c'est gênant. (Participante N)  
 Je suis mal à l'aise de regarder la publicité des produits d'hygiène féminine avec les hommes. Surtout quand je la regarde avec mon fils, même s'il ne me demande pas ce qu'il y a dans la publicité. Je n'aime pas la regarder avec les hommes. (Participante K)

J'ai été mal à l'aise de regarder la publicité des produits d'hygiène féminine à la télé avec ma famille quand j'étais jeune. Mais, comme j'ai grandi, je ne suis plus mal à l'aise. (Participante M)

### 3.3.2. Analyse

Comme nous l'avons vu dans les chapitres précédents, il existe un tabou sur les menstruations ainsi que sur les produits d'hygiène féminine. Cependant, dans notre société de consommation, les entreprises ont besoin d'encourager la vente de leurs produits d'hygiène féminine. Elles font appel pour cela à de la publicité qui utilise la même stratégie qu'avec les autres produits de consommation : elle dissimule la réalité.

Une participante s'inquiète de montrer aux autres une tache de sang menstruel sur son pantalon blanc car cette tache signifie qu'elle est menstruée. Les produits d'hygiène féminine peuvent également être vus comme impurs puisqu'ils recueillent le sang menstruel. Il est interdit de laisser les autres entrer en contact avec eux. En effet, le contact avec le sang menstruel et avec les produits d'hygiène féminine utilisés provoque la contamination.

Non seulement les produits d'hygiène utilisés, mais ceux qui ne sont pas encore utilisés, sont des objets à éviter. Les produits d'hygiène féminine ont la possibilité d'être pollués par le sang menstruel; alors, il faudrait éviter d'avoir contact avec eux. L'emballage des produits d'hygiène féminine est joli et camoufle ce qu'il contient.

De plus, cela induit que les femmes elles-mêmes sont des porteuses de souillure et qu'elles doivent cacher leurs menstruations. C'est pourquoi une répondante essaie de ne pas montrer ses produits d'hygiène féminine aux autres.

Nous savons que le tampon implique un contact plus intime que les serviettes hygiéniques. Cela soulève pour nous plusieurs questions. Comme le tampon peut avoir plus de contact avec le vagin, est-ce qu'il est plus impur? Est-ce qu'il y a plus de tabous à montrer dans la publicité des femmes qui utilisent un tampon? Est-ce pour cela que la publicité du tampon est moins populaire?

Cinq participantes se sentent mal à l'aise lorsqu'elles regardent la publicité des produits d'hygiène féminine en compagnie des hommes. Les menstruations sont des phénomènes partagés avec les autres femmes, parce que toutes vivent les mêmes conditions d'impureté pendant les menstruations. Si les hommes regardent la publicité des produits d'hygiène féminine, ils peuvent comprendre l'impureté des femmes. C'est pourquoi les femmes sont gênées de partager la publicité avec les hommes. De plus, deux répondantes constatent qu'elles sont mal à l'aise lorsqu'elles regardent la publicité des produits d'hygiène féminine avec leur famille. L'une d'elles était gênée lorsqu'elle était jeune et l'autre participante est gênée lorsqu'elle la regarde avec son fils. Cela montre que ce qui évoque la sexualité est vu comme tabou dans la société japonaise, ou à tout le moins une partie de la société. Certes, une autre participante dit qu'elle a le même sentiment lorsqu'elle voit la publicité des produits d'hygiène féminine que celle des préservatifs, et elle fait attention au regard des hommes sur tous ces produits. Pour cette répondante, si les enfants demandent à leur famille à quoi servent les produits d'hygiène féminine que l'on voit dans la publicité, la famille devrait envisager d'expliquer les phénomènes des menstruations ainsi que la sexualité aux enfants. On voit que la situation actuelle entraîne un malaise et un tabou.

Tout cela ne montre-t-il pas que les femmes vivent dans une société patriarcale au Japon? Si les femmes étaient égales aux hommes, elles n'auraient pas besoin de s'inquiéter de ce qu'ils pensent par rapport à l'impureté féminine.

D'une certaine manière, la publicité des produits d'hygiène féminine brise le tabou. Elle rappelle aux hommes l'existence des menstruations dans l'espace public. Cependant, comme elle ne montre pas les vraies menstruations, on peut comprendre qu'il y ait toujours l'interdit autour de ces dernières. Le malaise des participantes montre que le tabou de la menstruation demeure dans la société japonaise.

### 3.4. Le congé menstruel

#### 3.4.1. Description

Presque toutes les participantes ont des symptômes plus ou moins forts avant ou pendant leurs menstruations, tels que : mal au ventre, mal à la tête, irritabilité, torpeur, nausée, etc. Certaines participantes sont déjà allées à la clinique pour une consultation sur leurs symptômes prémenstruels. Elles prennent des médicaments lorsqu'elles ont mal, ou elles essaient d'autres moyens afin de soulager les symptômes, par exemple, des médicaments chinois ou de l'acupuncture. Certaines participantes disent que leurs symptômes prémenstruels commencent environ une à deux semaines avant leurs menstruations.

Toutes les participantes travaillent normalement quand elles ont leurs menstruations. De plus, toutes les participantes ont entendu parler du congé menstruel<sup>26</sup>, mais la

---

<sup>26</sup> Pour le détail du congé menstruel, voir p. 16.

plupart d'entre elles ne sont pas certaines si ce congé existe vraiment, surtout dans leur entreprise :

Je connais le congé menstruel, mais je ne l'ai jamais pris. Je ne sais pas si le congé menstruel existe dans mon entreprise ou non. (Participante J)

Certaines employées régulières, ainsi que les participantes qui sont employées à contrat à durée déterminée ou intérimaires disent qu'elles ne savent pas si le congé menstruel s'applique à elles :

Je travaille en tant qu'employée intérimaire et je pense que le congé menstruel ne s'applique pas à mon cas. Je ne sais pas ce qu'il en est pour les employées régulières. Si je suis en retard à cause de mes règles, mes supérieurs ne disent rien, ça n'est pas un problème. (Participante E)

J'ai travaillé pour 4 – 5 entreprises auparavant, et il n'y avait pas de congé menstruel même si j'étais employée régulière; je pense que c'est parce que ces entreprises étaient petites. Alors mes anciennes collègues s'absentaient en prenant un congé normal lors de leurs menstruations. (Participante M)

Beaucoup de participantes disent que le congé menstruel n'existe pas dans leur entreprise :

Je connais le congé menstruel, mais les entreprises où je travaillais n'ont pas un tel congé. Mon lieu de travail actuel n'offre pas de congé menstruel non plus. (Participante F)

La participante B dit que le congé menstruel a été aboli dans son entreprise :

Le congé menstruel existe encore aujourd'hui? Peu après mon entrée dans mon entreprise, la loi sur la promotion de l'égalité des chances et du traitement entre les hommes et les femmes dans l'emploi a été mise en place<sup>27</sup>, et le congé menstruel a été aboli dans mon entreprise. [...] Mes menstruations sont

---

<sup>27</sup> C'était en 1986.

douloureuses, donc je voulais avoir le congé menstruel. Mais comme il y a des employées qui utilisaient le congé menstruel pour sortir avec des amis, je crois que ce congé a été considéré comme inutile. (Participante B)

En fait, comme le congé menstruel est inscrit dans le Code du travail, il s'applique techniquement à toutes les employées. Par ailleurs, les règles pour utiliser le congé menstruel varient selon l'entreprise.

La participante H, qui travaille au service du personnel, a affirmé que le congé menstruel existe dans son entreprise, mais d'autres participantes qui travaillent dans la même entreprise ne savaient pas qu'il existe :

Pendant longtemps je n'ai pas su que le congé menstruel existait, comme ça ne m'intéressait pas. Mais j'ai trouvé que ça existe dans mon entreprise lorsque j'ai été déplacée au service du personnel et que j'ai relu les règles de la société. (Participante H)

La plupart des participantes n'ont pas très mal lors de leurs menstruations, donc elles n'ont pas besoin de s'absenter du travail :

Je n'ai jamais utilisé le congé menstruel. Comme mes menstruations ne sont pas douloureuses, je n'ai pas besoin de m'absenter de mon travail. (Participante L)

Seulement deux participantes ont déjà pris le congé menstruel. La façon de prendre le congé menstruel varie selon les entreprises. La participante D explique qu'elle appelle son entreprise le jour même où elle veut s'absenter et, plus tard, elle demande le congé menstruel officiellement :

J'ai déjà utilisé le congé menstruel. Lorsque je prends un congé menstruel, d'abord je téléphone à ma compagnie et je dis « pardon, je me sens mal aujourd'hui, je serai absente ». Plus tard, je demande un congé officiel sur le site web de ma compagnie. À ce moment-là, je choisis le congé menstruel parmi les choix proposés. (Participante D)

La participante I n'explique pas en détail, mais elle a déjà pris le congé menstruel :

Oui, j'ai déjà pris le congé menstruel. Mon supérieur était une femme à ce moment-là, alors ce n'était pas difficile de demander. Je l'ai demandé le jour même. (Participante I)

Quatre participantes expliquent qu'il leur est difficile de prendre le congé menstruel, car elles ont honte de donner cette raison à leurs supérieurs et à leurs collègues :

Quand j'ai pris le congé menstruel auparavant, mes collègues m'ont dit : « vous vous absentez vraiment pour le congé menstruel ? » [...] Si je ne cause pas d'embarras pour mon travail, j'aimerais bien m'absenter lors de mes menstruations. Mais en réalité, c'est toujours gênant de prendre le congé menstruel. (Participante I)

Certaines d'entre elles s'absentent du travail lors de leurs menstruations en prenant un congé régulier, en disant qu'elles ont mal :

Normalement je ne m'absente pas lorsque j'ai mes règles... si je suis vraiment mal, je peux m'absenter en disant que je me porte mal. (Participante F)

Si j'ai mal pendant mes menstruations, je prends un congé payé comme j'en ai beaucoup. Je ne peux pas dire que je prends le congé menstruel même s'il est offert, je suis mal à l'aise de le dire. (Participante K)

Lorsque la participante E veut prendre un congé à cause de ses règles, elle dit qu'elle a ses menstruations seulement quand elle a vraiment mal. Comme ses supérieurs sont aussi des femmes, elle n'a pas honte de leur dire :

Si je suis en retard à cause de mes règles, je n'ai qu'à dire que j'ai mal au ventre. Je ne mentionne mes menstruations que si la douleur est très intense. Mes supérieurs sont des femmes, alors je suis à l'aise avec elles à ce sujet. (Participante E)



Le système du congé dépend de l'entreprise; parfois les femmes n'ont pas besoin d'utiliser le congé menstruel. La participante A donne un exemple :

Je suis dans le service commercial et on prend un congé compensatoire, comme on travaille souvent les jours chômés (le samedi et le dimanche inclus). Alors, afin de prendre un congé spécial tel que le congé menstruel, il faut d'abord prendre tous les congés compensatoires. (Participante A)

Deux participantes disent qu'elles prennent des médicaments afin de supporter la douleur menstruelle pendant le travail :

Je n'ai jamais pris de congé menstruel puisqu'il n'y en avait pas. Normalement, je ne m'absente pas lorsque j'ai mes règles. Quand j'ai mal à cause de mes menstruations, je supporte la douleur en prenant des médicaments afin de travailler. (Participante G)

Même si j'ai mal à cause de mes menstruations, je vais au travail : Je prends deux fois plus de dosages afin de supporter la douleur menstruelle. Je n'aime pas que les autres pensent que je m'absente à cause de mes règles. (Participante I)

### 3.4.2. Analyse

Le congé menstruel est une loi assez exceptionnelle. Peu de pays ont une loi similaire. Comme nous l'avons vu dans le premier chapitre, le congé menstruel a été inscrit dans le Code du travail du Japon en 1947, grâce aux revendications des travailleuses. Cependant, aujourd'hui, selon mes entretiens, les femmes ne prennent pas le congé menstruel comme autrefois, même si presque toutes les participantes constatent qu'elles éprouvent des symptômes prémenstruels et des douleurs plus ou moins fortes pendant leurs menstruations. Seulement deux sur 14 participantes ont déjà officiellement pris le congé menstruel.

Il est très étonnant d'apprendre que beaucoup de participantes ne connaissent pas l'existence du congé menstruel dans leur entreprise et qu'aucune d'entre elles ne connaît pas l'article du Code du travail sur le congé menstruel. Cependant, plusieurs participantes se sont déjà absentées du travail à cause des menstruations, même si elles sont gênées de dire qu'elles ont leurs menstruations lorsqu'elles s'absentent du travail.

Par ailleurs, une répondante soutient qu'elle n'est pas gênée de le faire savoir puisque ses supérieures sont des femmes. On peut comprendre qu'une femme soit gênée de dire qu'elle a ses menstruations lorsque ses supérieurs sont des hommes. Notons, ici, qu'il y a une répartition selon le sexe des supérieurs. Les femmes ne veulent pas partager ce sujet avec les hommes. Sur le plan de l'organisation du travail, le partage d'expérience avec d'autres femmes a des effets positifs. Quand le supérieur est un homme, cela apparaît plus gênant. Cette gêne peut être reliée au caractère impur des menstruations. Une femme qui dit qu'elle est menstruée semble dire en même temps qu'elle est polluée. Si elle le dit à ses supérieures qui sont des femmes, toutes partagent la même condition – la souillure – et cela facilite les échanges sur les menstruations.

Par ailleurs, une répondante constate qu'elle est gênée de dire à ses collègues femmes qu'elle prend le congé menstruel. Est-ce parce que les femmes qui prennent le congé à cause de leurs menstruations peuvent être considérées non seulement comme polluées, mais aussi comme manquant d'efficacité dans le travail?

Dans la problématique du congé menstruel, on retrouve l'influence de la tradition, du passé, et celle du développement industriel contemporain. Autrefois, les femmes étaient exclues du monde des hommes à cause de l'impureté et de la souillure du sang menstruel. Il était interdit pour les femmes de toucher les hommes et d'entrer dans un sanctuaire religieux pendant leurs menstruations. Aujourd'hui, il y a déplacement de

la souillure : les femmes qui ont leurs menstruations, qui sont faibles et qui ne peuvent pas performer comme les hommes, risquent d'être exclues du travail, qui est sous la domination masculine. Comme le dit Françoise Héritier, le sang menstruel différencie le monde des femmes du monde des hommes : pour les hommes, le sang est une chose qu'ils perdent à la chasse ou à la guerre. Pour les femmes, le sang est une substance qui coule lors des menstruations ou de l'accouchement. Cette différence du rapport au sang entre les deux genres a une incidence sur le positionnement des femmes sur le marché du travail (Héritier, 2012; Héritier *et al.*, 2011). On peut comprendre que cette différenciation liée au sang menstruel est toujours efficace dans la société japonaise autour du congé menstruel. Dans les deux mondes, ancien et moderne, les femmes menstruées sont regardées comme inférieures par rapport au monde des hommes.

Les femmes craignent d'être vues comme pas assez performantes dans le travail; c'est pourquoi elles hésitent à nommer ce qu'elles vivent, car elles pourraient donner l'image d'une faible femme qui est moins performante à cause de sa condition féminine. Comme pour le congé maternel, demander le congé menstruel est une manière d'affirmer la spécificité féminine et cela est perçu négativement. Si une femme veut réussir comme les hommes, il ne faut pas qu'elle montre ses différences, même s'il s'agit d'un phénomène naturel. Tout ce qui marque la différence peut avoir des effets de positionnement plus négatif à l'intérieur de l'entreprise. Ainsi, les femmes essaient de faire disparaître leurs menstruations. Certaines d'entre elles prennent des médicaments afin de supporter la douleur menstruelle et pour maintenir leur niveau de performance pendant qu'elles travaillent. Les personnes qui travaillent de longues heures et qui sont dédiées à leur travail sont beaucoup plus appréciées dans la société japonaise; les femmes qui s'absentent à cause de leurs menstruations apparaissent plus distantes par rapport à cette valeur. Prendre le congé menstruel pourrait signifier que les femmes manquent de productivité dans leur travail.

On peut lier cette productivité à la notion de *hare* ハレ, qui signifie également la pureté et l'ordre. Une femme qui prend le congé menstruel est en même temps dans un état de souillure, *kegare* ケガレ, puisqu'elle est menstruée. Par ailleurs, le congé menstruel donne aux femmes l'occasion de se reposer pendant leurs menstruations et il protège ainsi les mères en devenir. Le congé menstruel contient donc le côté impur, qui montre que les femmes sont polluées pendant ce congé, mais, en même temps, il rappelle que les femmes peuvent créer une nouvelle vie, pouvoir qui participe de la puissance des femmes.

En somme, le congé menstruel existe, mais très peu de femmes prennent ce congé. D'autres le prennent, mais sans évoquer les menstruations, car elles veulent les camoufler. Plusieurs disent qu'il est gênant de prendre le congé menstruel et plusieurs craignent qu'au travail, la prise de ce congé ait un effet négatif sur leur carrière. Les menstruations dévaluent donc les femmes. Les femmes essaient de contourner le tabou des menstruations en cachant leurs menstruations pendant qu'elles travaillent. Cependant, on pourrait dire que cela renforce le tabou (rencontre du pur et de l'impur). Plus on pose des interdits autour des menstruations ou du congé menstruel, moins les femmes au travail en parlent. Les femmes semblent ne pas s'intéresser au congé menstruel, mais il se peut qu'elles s'en éloignent simplement à cause du maintien du tabou. En même temps, cet éloignement vient en quelque sorte valider la force du tabou.

Comme le Code du travail ne donne pas de détails sur l'utilisation du congé menstruel, son emploi varie selon les entreprises. Une participante constate même que le congé menstruel a été aboli dans son entreprise. Le congé lui-même est très ambigu. Les employées peuvent en profiter, mais, en même temps, l'entreprise peut décider, autrement dit, contrôler, son utilisation. En fait, il y a une sorte de tension entre le Code du travail et le Code de l'entreprise. On pourrait dire que cette

ambiguïté rend aussi le congé menstruel tabou. En fait, après l'établissement du congé menstruel, il y a eu des mouvements pour son abolition. Lors des débats sur l'établissement de la Loi sur l'égalité des chances en matière d'emploi en 1985, le congé menstruel a aussi soulevé la polémique. Izumi Nakayama, qui a écrit sa thèse de doctorat sur le congé menstruel au Japon, explique ainsi le congé menstruel : « In the wake of revising the Labor Standards Law in 1985, the main debates concerned "overprotection of female laborers," and "equality vs. difference." These debates have not subsided, as lawsuits continue the process of interpreting menstruation leave and its application in the workplace » (Nakayama, 2007, p.247). Comme elle le dit, le débat sur le congé menstruel ne s'est pas terminé en 1985. Il continue même aujourd'hui. Par ailleurs, les féministes parlent davantage du congé maternel et parental et il semble que le débat sur le congé menstruel soit mis de côté.

### 3.5. Les interdits pendant les menstruations

#### 3.5.1. Description

Beaucoup de participantes mentionnent qu'elles n'ont pas d'interdits pendant leurs menstruations. Mais l'examen de leur témoignage démontre que la réalité est plus complexe.

Par exemple, les participantes font vraiment attention pour ne pas perdre de sang menstruel dans l'eau, par exemple, dans le bain familial, aux sources thermales et dans la mer, où une perte de sang menstruel pourrait être visible. Les participantes craignent de salir l'eau avec leur sang menstruel.

Certaines participantes disent qu'elles ne prennent pas de bain ou prennent leur bain en dernier après leur famille lorsqu'elles ont leurs menstruations<sup>28</sup> :

Il n'y avait pas d'acte interdit quand j'étais jeune. Si je dois en citer un, c'était de prendre mon bain avant quelqu'un d'autre. (Participante D)

De plus, toutes les participantes sont plus ou moins mal à l'aise à l'idée d'aller en voyage avec des amis, à la mer ou aux sources thermales lors de leurs menstruations :

Il n'y a rien qui me met particulièrement mal à l'aise pendant mes menstruations, sauf quand je vais aux sources thermales. (Participante D),

Je suis un peu mal à l'aise si je vais aux sources thermales ou si je vais me baigner à la mer pendant mes menstruations. (Participante E)

De plus, certaines participantes mentionnent qu'elles ne veulent pas montrer leurs produits d'hygiène féminine sales devant les autres femmes, parce qu'elles pensent qu'il est honteux de les montrer :

Je suis un peu mal à l'aise si je vais aux sources thermales pendant mes menstruations. Je ne veux pas salir l'eau avec mon sang, alors il faut utiliser un tampon. Mais dans ce cas, j'ai peur qu'on puisse voir le fil du tampon. Alors, je n'aime pas trop qu'un voyage tombe à la période de mes menstruations. (Participante N)

Je suis mal à l'aise quand je prends le bain public pendant mes menstruations. Je vais à la gym deux fois par semaine, et il y a des douches et un bain public là-bas. Je peux prendre seulement une douche après mon exercice, mais il est ennuyeux d'enlever mes sous-vêtements avec la serviette hygiénique où il y a beaucoup de gens. (Participante H)

---

<sup>28</sup> Au Japon, la famille prend le bain dans la même eau, chacun à son tour après s'être lavé. Une femme qui a ses menstruations risque de salir l'eau du bain à cause de son sang.



Cinq participantes ont déjà décalé leurs menstruations avec la pilule contraceptive lors d'un voyage, dans une occasion où elles prennent le bain en groupe ou lorsqu'elles vont à la mer avec quelqu'un. Cela montre que les participantes veulent éviter la perte de sang menstruel dans l'eau :

Je suis un peu mal à l'aise si je vais me baigner à la piscine pendant mes menstruations. Je suis mal à l'aise quand je salis l'eau avec mon sang. Je ne me souviens pas bien quand c'était, mais j'ai pris la pilule contraceptive afin de décaler mes menstruations lors d'un voyage. Mais si mes règles m'arrivaient pendant un voyage, on n'y peut rien. (Participante J)

Je suis mal à l'aise si je vais aux sources thermales ou si je me baigne à la piscine pendant mes menstruations. Dans ce cas, je décale mes règles avec la pilule contraceptive parce que je ne veux pas salir l'eau avec mon sang. (Participante K)

Par ailleurs, elles ne choisissent pas toutes d'utiliser le tampon pendant cette période. Même celles qui utilisent le tampon dans l'eau craignent de laisser des traces de sang. La participante F utilise d'habitude le tampon, mais, lors d'une activité sportive, elle utilise des serviettes hygiéniques en même temps. De plus, deux autres participantes disent qu'elles sont mal à l'aise dans les situations sportives. Elles ne peuvent pas s'amuser à cause des menstruations :

Je me sens un peu mal à l'aise dans une situation où je ne peux pas aller aux toilettes pendant mes menstruations, par exemple pendant le travail ou pendant que je joue au golf. Sur le terrain de golf, souvent il n'y a pas de toilettes à chaque parcours. Alors je pense souvent à ça à ce moment-là... je peux quand même me concentrer au golf, mais je cherche souvent où sont les toilettes les plus proches. Dans ce cas, j'utilise la serviette hygiénique et le tampon en même temps. (Participante F)

Je n'aime pas trop faire du sport pendant mes menstruations. Comme je saigne beaucoup pendant le premier et le deuxième jour de mes menstruations, je sens que mon corps est plus lourd que d'habitude. Alors, je ne veux pas trop faire de

sport pendant cette période. Cependant, si j'avais déjà prévu quelque chose, je le fais. (Participante M)

Même si elles nient l'existence d'interdits, trois participantes nomment des choses qu'elles ne font pas ou préfèrent de pas faire pendant leurs menstruations: aller au salon de coiffure, prendre des stimulants (par exemple, la caféine) et faire du sport :

Non, je n'avais pas d'actes interdits lors de mes menstruations. Personnellement, je ne vais pas au salon de coiffure quand j'ai mes règles. J'ai entendu dire que la peau est vraiment sensible à cause du désordre hormonal lors des menstruations et c'est mieux d'éviter les teintures de cheveux et les permanentes. (Participante A)

Je ne comprends pas pourquoi, mais ma mère m'avait dit qu'il ne fallait pas manger des aliments stimulants comme du chocolat pendant les menstruations. Elle me disait aussi qu'il ne fallait pas trop bouger pendant cette période. Mais comme mes menstruations ne sont pas très pénibles, je n'ai pas trop fait attention à ce que ma mère me disait. (Participante L)

Non, il n'y avait rien d'interdit quand j'étais jeune pendant les menstruations. Ma mère m'a dit que ce n'est pas bien de faire du sport intense pendant les menstruations, mais c'est tout. (Participante N)

Deux participantes parlent de la religion par rapport à la menstruation. La participante F dit que sa mère est croyante *shinto*, alors elle évite de toucher le *kamidana* 神棚<sup>29</sup> pendant ses menstruations. Mais la participante ne fait pas attention à cette coutume :

Ma mère m'a dit que c'était interdit de nettoyer le *kamidana* 神棚 pendant les menstruations quand elle était jeune. Alors elle évitait souvent de nettoyer le

<sup>29</sup> Il s'agit de l'autel domestique *shinto*, étagère sur laquelle sont disposés un sanctuaire en miniature et des amulettes. Normalement le *kamidana* 神棚 est situé au haut du mur.

*kamidana* 神棚 en disant qu'elle avait ses menstruations en ce moment. (NDLR; elle a souri) Je n'ai pas de *kamidana* 神棚 chez moi. (Participante F)

Parmi les participantes dans cette catégorie, seule la participante C fait attention aux gestes religieux pendant les menstruations. Elle évite d'entrer au temple *shinto* pendant ses menstruations même si elle ne croit pas à la pollution de la menstruation dans le shintoïsme :

Je pense que je suis plutôt pieuse, j'essaie de ne pas aller au temple ou au sanctuaire shinto pendant mes menstruations. Je ne pense pas trop à l'impureté du sang menstruel, mais comme c'est une coutume ancienne, je la respecte sans raison particulière. (Participante C)

### 3.5.2. Analyse

Les entretiens révèlent plusieurs limitations dans la vie quotidienne des femmes pendant leurs menstruations. Par ailleurs, lors des entretiens, nous n'avons pas spontanément demandé aux participantes leur croyance, car, pour les Japonais, le sujet de la religion est généralement considéré comme un tabou. De plus, dans la société japonaise, souvent les gens croient simultanément au shintoïsme et au bouddhisme, mais fréquemment aussi ils considèrent qu'ils sont non religieux. Cependant, comme ces deux religions sont enracinées dans la culture japonaise, on ne peut pas trop savoir si les gens sont vraiment non religieux. Dans les entretiens, nous nous sommes intéressée à la coutume des répondantes, qui implique tant le shintoïsme que le bouddhisme.

Seulement deux répondantes parlent de la vie religieuse pendant les menstruations. Une participante constate que sa mère ne s'approchait pas du *kamidana* 神棚, autel domestique *shinto*, pendant ses menstruations. On peut comprendre que sa mère évite

de toucher le *kamidana* 神棚 à cause de l'impureté de ses menstruations. Malgré la croyance de sa mère, cette participante ne possède pas de *kamidana* 神棚 et elle ne croit pas en cette coutume. Cet exemple montre qu'une fille peut prendre une certaine distance avec la norme de la culture religieuse traditionnelle. Elle est moins religieuse que sa mère, et elle n'a pas intégré cet autel dans sa maison. La notion d'impureté religieuse des menstruations ne se transmet donc pas automatiquement à la génération suivante. De plus, une autre participante dit qu'elle n'entre pas au temple ou dans le sanctuaire *shinto* pendant ses menstruations, et cela, sans raison particulière. Ce sont des interdictions historiques. On peut comprendre qu'elle assimile les interdits sur l'impureté des menstruations, même si elle n'en connaît pas l'origine. La culture japonaise permet donc encore, à l'heure actuelle, une forme de transmission et d'intériorisation de ces interdits.

Il y a aussi des limitations qui sont maintenues, mais qui se sont transformés, et qui s'intègrent à de nouvelles formes dans la culture. Plusieurs répondantes disent qu'elles sont mal à l'aise lorsqu'elles font du sport pendant leurs menstruations. De plus, trois répondantes constatent qu'elles évitent de poser certains gestes pendant leurs menstruations, comme aller au salon de coiffure ou prendre des stimulants comme la caféine, contenus dans le café ou le chocolat. Même s'il n'y a pas de sens religieux dans ces interdictions, il apparaît que la vie quotidienne des femmes n'est pas exactement la même pendant les menstruations. Fait notable, tous ces interdits (salon de coiffure, produits stimulants comme le café et le chocolat) sont apparus à l'ère moderne. On peut comprendre ici que, malgré la modernité, il reste des traces des interdits dans la vie quotidienne des femmes ; le tabou a trouvé d'autres façons de s'inscrire dans la culture et on peut même déployer un argumentaire « scientifique » pour le légitimer (désordre hormonal).

Plusieurs répondantes ne prennent pas de bain pendant leurs menstruations ou le prennent après les autres membres de la famille. Au Japon, on prend d'abord une douche puis un bain, et cela, quotidiennement. La baignoire est, en général, déjà installée dans une salle de bain. Les membres de la famille, après avoir pris une douche, prennent, à tour de rôle, leur bain dans la même eau. Cette coutume s'inscrit dans l'esprit du shintoïsme. Selon C. Scott Littleton, dans le shintoïsme, il importe que l'harmonie de l'univers soit maintenu (Littleton, 2003, p. 61). On peut associer cela à la notion de *hare* ハレ, qui signifie l'ordre, la pureté et la productivité. L'intérieur de la maison est une analogie de l'univers. Afin de maintenir l'ordre de cet univers, les Japonais préservent la propreté et la pureté de la maison en se déchaussant à l'entrée et en prenant un bain quotidiennement.

Une femme qui a ses menstruations risque de salir l'eau du bain avec son sang. L'eau est utilisée à l'occasion d'un exercice de purification dans le shintoïsme. Ainsi, le dieu *Izanagi* イザナギ, sortant du Royaume des ténèbres, a purifié son corps avec de l'eau (voir le premier chapitre) et les personnes sont invitées à purifier leur bouche et leurs mains avec de l'eau avant d'entrer dans un sanctuaire ou dans un temple *shinto*. Salir l'eau du bain signifie souiller la pureté et l'ordre.

Plusieurs répondantes sont aussi mal à l'aise lorsqu'elles se baignent dans la mer, dans une piscine ou dans les sources thermales pendant la période menstruelle. Afin de ne pas prendre ce risque, les répondantes font même appel à des pilules contraceptives temporaires pour décaler leurs menstruations. Le tabou semble bien vivace : lorsqu'elles se baignent, les répondantes s'appliquent à éviter la souillure. Pour cela, elles n'hésitent pas à faire appel à des outils modernes (la pilule contraceptive) pour respecter les anciens interdits. Le tabou n'a pas changé; ce qui a changé, ce sont les voies empruntées pour ne pas le transgresser.

C'est la même chose avec les produits d'hygiène féminine, qui sont des produits modernes. Lorsque les femmes se baignent, elles peuvent aussi utiliser le tampon afin de ne pas salir l'eau. Cependant, une répondante constate qu'elle a peur que les gens puissent voir le fil du tampon. Une autre répondante constate qu'elle ne veut pas montrer sa serviette hygiénique sale devant les autres femmes lorsqu'elle se déshabille avant de prendre une douche dans le gymnase. En pratique, ces femmes ne veulent pas montrer aux autres qu'elles sont impures à cause de leurs menstruations. Comme nous l'avons vu dans la partie sur l'analyse des produits d'hygiène féminine, non seulement les menstruations, mais aussi les produits d'hygiène féminine sont considérés impurs, puisqu'ils recueillent le sang des menstruations qui est souillure. Pour les femmes menstruées, il est aussi interdit de salir l'eau avec le sang menstruel, de montrer ses produits d'hygiène féminine souillés, en somme de montrer aux autres son état de souillure.

La plupart des répondantes ne parlent pas des interdictions religieuses pendant les menstruations. Même les deux répondantes qui en parlent semblent ne pas faire attention à l'impureté religieuse des menstruations. Cependant, même si les interdictions religieuses ne sont pas ouvertement formulées, elles se transforment et elles se manifestent dans la vie quotidienne des femmes, sans raison religieuse. Même si le mode de vie des femmes change, le tabou apparaît toujours vivant et capable de s'adapter aux changements culturels.

### 3.6. Les rapports sexuels pendant les menstruations

#### 3.6.1. Description

Presque toutes les participantes parlent avec les partenaires avec qui elles habitent de leurs menstruations, notamment quand elles veulent signifier qu'elles éprouvent des



douleurs menstruelles. Cependant, beaucoup de participantes indiquent qu'elles n'en parlent pas en profondeur et seulement quand cela est nécessaire. Pour elles, la menstruation n'est pas un sujet quotidien avec leurs partenaires. Voici un témoignage :

Oui, je parle de mes menstruations avec mon partenaire. Je ne lui en parle pas en détail, mais je lui dis la période de mes menstruations. Je ne les cache pas. (Participante J)

La participante D informe son mari quand elle a ses menstruations, car elle ne peut pas prendre le bain pendant cette période. Et elle demande à son mari de la remplacer pour prendre le bain avec les enfants:

Je parle de mes menstruations avec mon mari quand j'ai mes règles. À part ça, pas spécialement. Je dis à mon mari que j'ai mes règles, car normalement je prends le bain avec mon enfant. (Participante D)

La participante F dit à son partenaire quand elle a ses menstruations, car elle ne peut pas avoir de relations sexuelles pendant cette période :

Je parlais avec mon partenaire au sujet de mes menstruations... quand je me sens mal... comment je peux expliquer... je disais à mon partenaire que je ne peux pas avoir de relations sexuelles en ce moment. Je le dis seulement quand c'est nécessaire. (Participante F)

Par ailleurs, seule la participante L dit qu'elle ne parle pas de ses menstruations avec son partenaire :

Non, je ne parle pas spécialement de mes menstruations avec mon partenaire. (Participante L)

J'ai évité de mentionner directement les rapports sexuels dans ma question, parce que c'est un sujet délicat dans la société japonaise. Quelques participantes ont compris la

connotation de ma question et elles m'ont parlé de leurs rapports sexuels pendant les menstruations. Elles réagissent toutes négativement par rapport aux relations sexuelles pendant les menstruations :

Je suis un peu mal à l'aise par rapport au rapprochement physique avec mon mari. Je ne sais pas pourquoi, mais je ne veux pas qu'il me touche pendant cette période. Peut-être que je ne veux pas avoir à lui dire que « je ne peux pas avoir de relations sexuelles en ce moment » lorsqu'il tente de le faire. Je lui explique que « j'ai mes règles en ce moment. » (Participante K)

La participante A explique qu'elle ne veut pas avoir de relations sexuelles pendant ses règles pour des raisons d'hygiène :

Pour l'acte sexuel, je ne le fais jamais lors de mes menstruations. À part ça, c'est comme d'habitude. Pourquoi je ne veux pas avoir de relation sexuelle pendant mes menstruations? Parce que ça s'infecterait... On m'a dit à l'hôpital une fois qu'il y avait plus de risque d'infection lors des menstruations. C'est à cause de ça que je ne suis pas disposée à avoir des relations sexuelles. (NDLR : elle a un peu hésité à parler de l'expérience de ses relations sexuelles) (Participante A)

La participante N, en plus de la raison hygiénique, s'inquiète de salir le drap :

Je ne veux pas avoir de relation sexuelle pendant mes menstruations, je ne veux pas salir le drap avec mon sang. J'ai aussi entendu dire qu'il y a plus de possibilités d'avoir l'endométriose à cause des rapports sexuels. Alors je ne veux pas faire ça pendant cette période. (Participante N)

La participante J s'inquiète aussi de salir le drap pendant ses menstruations :

Je dis à mon partenaire si je suis mal à l'aise pendant mes menstruations... c'est-à-dire, si je saigne. Comment on dit? (NDLR : la répondante hésite en formulant sa réponse) Le saignement ne me dérange pas s'il y en a un peu, mais, s'il y en a physiquement, on n'y peut rien. Mon partenaire aussi le comprend, je crois. Je pense que je ne lui jamais montré mon saignement... mais s'il le regarde, on n'y peut rien. (Participante J)

La participante M refuse d'avoir des relations sexuelles pendant ses menstruations comme elle s'inquiète de son odeur :

D'habitude, je ne parle pas de mes menstruations avec mon partenaire en détail, mais je lui dis que je ne veux pas avoir de relations sexuelles pendant cette période. [...] Je me soucie de mon odeur, alors je veux éviter le rapprochement. Les hommes avec qui j'ai parlé avant l'ont compris, alors il n'y a personne qui a voulu le faire de force. (Participante M)

La participante C ne donne pas la raison de son refus d'avoir des relations sexuelles pendant ses menstruations. Elle explique que c'est simplement impossible :

(Extrait de la conversation)

C : Je refuse s'il veut avoir les relations sexuelles avec moi pendant cette période.

Noriko : Comment refusez- vous ?

C : Je dis « j'ai mes menstruations ».

Noriko : Vous avez peur de salir les draps ?

C : C'est juste impossible. C'est pénible d'avoir des relations sexuelles pendant les menstruations.

B : Moi non plus je n'aime pas ça. Si on me proposait d'avoir des relations sexuelles pendant mes menstruations, je penserais que c'est une plaisanterie.

(NDLR; elle a eu un sourire gêné)

C : Mais j'ai entendu dire qu'il y avait des filles qui acceptaient d'avoir des relations sexuelles pendant leurs menstruations. J'étais vraiment surprise.

La participante F mentionne ce que les hommes pensent à propos d'avoir des relations sexuelles avec une femme qui a ses menstruations :

F : Il y a des hommes qui n'aiment pas avoir de relation sexuelle pendant les menstruations.

Noriko : Parce qu'il y a du sang ?

F : Peut-être... pour les femmes on s'habitue à voir le sang comme on a les menstruations tous les mois, mais je pense que pour les hommes c'est un peu...

(NDLR : elle a donné une réponse évasive. Je pense qu'elle a voulu dire « les hommes ne se sentent pas à l'aise en voyant du sang. (Participant F)

### 3.6.2. Analyse

On se rappelle que les femmes japonaises étaient jadis isolées dans une cabane pendant les menstruations. Il était interdit de les toucher, alors il était aussi interdit d'avoir des rapports sexuels avec elles pendant les menstruations. Aujourd'hui, il n'y a pas de coutume qui défend les rapports sexuels pendant les menstruations. Cependant, dans le cadre des entretiens, beaucoup de répondantes montrent leur hésitation, souvent leur refus, devant la possibilité d'avoir des relations sexuelles pendant les menstruations.

Presque toutes les répondantes n'hésitent pas à parler de leurs menstruations à leur partenaire. Mais les échanges sur ce sujet sont habituellement brefs. Elles n'en ont pas avec leur partenaire sauf quand cela est nécessaire, comme au moment de prendre le bain ou d'avoir des relations sexuelles. Elles affirment que, au cours de cette période, leur état est différent. De nos jours, il n'y a plus de cabane menstruelle et il n'y a plus d'interdit pendant les menstruations. Cependant, les femmes elles-mêmes mettent des interdictions sur certaines activités pendant leurs menstruations.

Par exemple, rien n'interdit d'avoir des relations sexuelles pendant les menstruations. Cependant, les répondantes, très souvent, refusent d'avoir des rapports sexuels en période menstruelle. Elles donnent plusieurs raisons pour cela. Deux participantes

s'inquiètent de salir le drap avec leur sang menstruel et une autre participante s'inquiète de l'odeur du sang menstruel. On peut comprendre qu'elles soient gênées de montrer leur état différent à leur partenaire. Elles sont en quelque sorte « polluées » pendant les menstruation; s'il y a du sang menstruel sur le drap, ou s'il y a l'odeur du sang, est-ce qu'elles craignent que leur partenaire les perçoive comme impures? De plus, symboliquement, ce sang menstruel peut contaminer leur partenaire. Si les femmes essaient de ne pas avoir de relations sexuelles pendant les menstruations, si elles s'isolent de leur partenaire, est-ce pour éviter de le « contaminer »?

Deux participantes constatent qu'elles n'aiment pas avoir des relations sexuelles pendant leurs menstruations. Elles ne donnent pas de raisons particulières. Cela apparaît tout simplement impossible. Comme le sang menstruel est associé au désordre, est-ce que le fait d'insérer le pénis dans un vagin rempli de sang menstruel, constitue un accroissement dangereux du désordre? Une autre participante laisse entendre que les hommes ne sont pas habitués au contact avec le sang comme le sont les femmes; alors ils seraient mal à l'aise lorsque leur sexe « baigne » dans le sang menstruel à l'occasion de relations sexuelles<sup>30</sup>. Non seulement les femmes, mais aussi les hommes seraient gênés lors de tels rapports sexuels. Il est frappant aussi de constater que certaines répondantes utilisent des arguments médicaux associés à la science, pour refuser des relations sexuelles. La science (ou une pseudo-science) vient en quelque sorte légitimer le maintien d'un tabou d'origine culturelle et religieuse.

Le refus des rapports sexuels pendant les menstruations montre que le tabou est respecté encore aujourd'hui. Non seulement les femmes, mais aussi les hommes respectent ce tabou. De plus, les relations sexuelles pendant les menstruations sont

---

<sup>30</sup> Les hommes ont un désir très fort d'entrer leur pénis dans le vagin, mais en même temps, on peut se demander si leur hésitation à insérer le pénis dans un vagin menstruel est à liée à une angoisse de castration.

infécondes. En décourageant les rapports sexuels qui ne contribuent au renouvellement de la population, ce tabou garantit le maintien de l'ordre dans la société.

### 3.7. Conclusion

Nous avons vu comment le tabou des menstruations se manifeste dans la société japonaise d'aujourd'hui, avec le discours des participantes âgées de 20 à 50 ans. Depuis les premières menstruations jusqu'à la ménopause, les femmes se retrouvent contraintes pendant la période menstruelle. Même si les anciennes coutumes, telles que les cabanes d'accouchement et des menstruations qui mettaient les femmes à l'écart, n'existent plus aujourd'hui, les femmes utilisent plusieurs inventions modernes, telles que les produits d'hygiène féminine, les pilules contraceptives, le congé menstruel, etc., pour la gestion de la souillure. Elles font attention de ne pas mettre les autres en contact avec leur sang menstruel afin de ne pas les souiller. Elles apprennent ces gestes très tôt, notamment à travers les informations transmises dès les premières menstruations.

Le tabou des menstruations existe encore aujourd'hui et il apparaît bien vivace pour :

#### 1) maintenir l'ordre la société

En effet, les relations sexuelles pendant les menstruations étaient interdites par le passé, mais, encore aujourd'hui, les femmes et les hommes hésitent à en avoir. Les relations sexuelles pendant les menstruations ne permettent pas la fécondation. On peut comprendre qu'elles sont taboues à cause de l'impureté du sang menstruel, mais, en même temps, ce tabou contribue à ce que la société se perpétue (en décourageant les relations sexuelles en période menstruelle et donc en favorisant implicitement les relations pendant les périodes fécondes).



2) maintenir la hiérarchie entre les hommes et les femmes

On peut voir ce phénomène surtout dans l'application du congé menstruel. Les menstruations sont un facteur qui souligne la différence entre les hommes et les femmes. Si les femmes veulent travailler et être valorisées autant que les hommes, elles doivent cacher leurs menstruations. Le tabou des menstruations contribue de différentes façons au maintien de la subordination des femmes au nom de l'impureté du sang menstruel.

## CHAPITRE IV

### DESCRIPTION ET ANALYSE DES DONNÉES : LES FEMMES ÂGÉES DE PLUS DE 60 ANS

Ce chapitre comprend la description et l'analyse des données des entretiens avec les femmes âgées de plus de 60 ans. Les sept thématiques suivantes sont présentées : les premières menstruations, les produits d'hygiène féminine, le congé menstruel, les interdits pendant les menstruations, les cabanes d'accouchements, le sùtra sur la menstruation et le point de vue de ces femmes sur la façon dont les nouvelles générations vivent leurs menstruations.

#### Participant·es - Femmes âgées de plus de 60 ans

Dans cette catégorie, il y a 9 participant·es au total. Toutes sont de classe moyenne et toutes ont été sur le marché du travail. Étant donné qu'elles sont nées pendant ou peu après la guerre, qui a été une époque de désordre, je n'ai pas tenu compte de leur niveau d'éducation.

#### Entretien en groupe

Groupe 1 (2 participant·es) : O (76 ans, a travaillé dans un bureau, mariée, un enfant), P (56 ans<sup>31</sup>, a travaillé dans un bureau, mariée)

Groupe 2 (4 participant·es) : Q (65 ans, a travaillé dans un bureau à temps partiel, mariée, des enfants), R (63 ans, a travaillé dans un bureau, mariée, des enfants), S (65

---

<sup>31</sup> Seule participant·e qui n'a pas 60 ans mais qui s'inscrit dans un réseau des femmes de plus de 60 ans.

ans, a travaillé dans l'industrie du vêtement, mariée, des enfants), T (65 ans, a travaillé dans un bureau, mariée, des enfants)

Groupe 3 (3 participantes) : U (66 ans, a travaillé dans un hôtel, mariée, des enfants), V (62 ans, a travaillé dans l'industrie manufacturière, mariée, des enfants), W (66 ans, a travaillé dans un bureau, mariée, des enfants)

#### 4.1. Les premières menstruations

##### 4.1.1. Description

La plupart de participantes ont eu des cours d'éducation sexuelle à l'école primaire. Les garçons et les filles recevaient ces cours séparément. Quelques participantes disent que leur mère a préparé les pièces de lingerie requises pour les premières menstruations ou qu'elle leur a enseigné comment traiter les menstruations :

Ma mère a tout préparé pour mes premières menstruations, des slips noirs, par exemple. (Participante U)

Ma mère m'a appris comment faire une serviette à la main pour les menstruations. [...] Ma mère m'a aussi expliqué comment laver le linge sali par le sang menstruel dans la salle de bain. (Participante O)

L'éducation sexuelle a servi à comprendre ce que sont les premières menstruations; quelques participantes racontent :

J'ai compris ce qui m'arrivait, c'est ce qu'on m'avait appris dans le cours d'éducation sexuelle. (Participante Q)

Je n'étais pas surprise à ce moment-là, car je venais d'avoir un cours d'éducation sexuelle à l'école primaire. (Participante V)

Cependant, pour quelques participantes, même si elles ont reçu une éducation sexuelle, elles n'ont pas compris ce qui leur arrivait lors de leurs premières menstruations. De plus, la participante P mentionne qu'elle n'avait aucune information sur les premières menstruations à ce moment-là :

Quand je suis retournée à la maison, j'ai réalisé que mon linge était sale. J'étais vraiment gênée et surprise, je n'avais eu aucune information sur les menstruations à ce moment-là. Je ne savais pas si je pouvais en parler à ma mère, alors je l'ai caché pendant longtemps. (Participante P)

Je savais que je devais, pour les menstruations, utiliser un slip noir qui était vendu à l'école, mais je ne me souviens pas où j'avais reçu ces informations. C'était soit par ma mère, soit dans un cours d'éducation sexuelle à l'école. J'étais surprise d'avoir beaucoup de sang, car je pensais qu'on ne saignait qu'aux toilettes. (Participante R)

Quant à moi, je me souviens d'avoir vu un film difficile à comprendre (NDLR; un film d'éducation sexuelle) dans une salle sombre à l'école primaire. Ça ne m'a pas du tout aidée quand mes premières menstruations sont arrivées. Ma mère m'a finalement expliqué ce qui m'arrivait. Je n'ai pas une forte impression par rapport à ça. (Participante T)

Sauf la participante O, beaucoup de participantes n'ont pas spécialement célébré leurs menstruations avec leurs familles. Les parents de la participante P étaient heureux qu'elle ait eu ses premières menstruations :

Oui, je me souviens de mes premières menstruations. J'avais 15 ans. Je m'en suis rendu compte quand j'étais aux toilettes et mon père est allé acheter des produits d'hygiène féminine. Il m'a dit qu'il fallait que je m'allonge. Comme je suis la fille aînée, mes parents étaient très heureux que j'aie mes premières menstruations et ils n'y étaient pas vraiment préparés. (Participante O)

Beaucoup des participantes de cette catégorie ne se souviennent pas si elles ont mangé ou non du *sekihan* 赤飯 pour l'occasion. Par contre, plusieurs participantes disent que leurs amies ont mangé du *sekihan* lors des premières menstruations. Les

participantes T et Q rappellent que la présence du *sekihan* 赤飯 à la table indique qu'une fille a ses premières menstruations.

Ce n'était pas une époque où on parlait des premières menstruations publiquement, cependant, on le devine si on mange du *sekihan* 赤飯.  
(Participante T)

Oui, j'ai fait beaucoup attention comme j'ai des frères. (Participante Q)

Quelques participantes m'ont mentionné qu'elles parlaient de leurs menstruations avec des amies et leurs sœurs, mais souvent, elles se sentaient gênées de parler de leurs menstruations avec leur famille :

Avec les filles de mon âge, oui, mais avec ma famille, je n'en ai guère parlé.  
(Participante S)

Quand j'avais mal au ventre à cause de mes menstruations, j'en parlais. Mais moi non plus, je n'ai pas parlé de mes menstruations avec ma famille, j'avais trop honte. (Participante R)

Je n'ai pas parlé de mes menstruations avec ma famille puisque je n'étais pas particulièrement incommodée. Il y a des femmes qui ont des douleurs menstruelles sévères qui doivent rester allongées toute la journée. (Participante T)

Beaucoup de participantes ont de mauvais souvenirs de leurs premières menstruations et c'est souvent à cause du manque de préparation ou de la pauvre condition des produits d'hygiène féminine de cette époque-là :

Je n'étais pas heureuse d'avoir mes menstruations, la fuite de sang m'inquiétait. (Participante Q)

J'ai été dégoûtée par mes menstruations à cause du sang. Je n'ai pas pu bien me préparer et je n'avais pas des cotons hydrophiles ou de pantalon pour mes

premières règles, alors j'ai de mauvais souvenirs. Je ne les ai pas célébrées avec ma famille. (Participante S)

Une participante raconte que les femmes étaient obligées de laver les sous-vêtements qu'elles utilisaient pendant les menstruations séparément du reste du linge de la famille. De plus, elles ne séchaient pas leur linge avec celui des autres. C'est pourquoi elle a mauvais souvenir de ses premières menstruations :

Je n'ai pas aimé avoir été obligée de laver le linge avec le sang menstruel séparément des autres vêtements et de le sécher en le cachant avec une serviette ou un tissu, afin de ne pas le montrer aux autres. Alors, je n'ai pas un bon souvenir de mes premières menstruations. (Participante R)

De plus, la Participante S raconte qu'elle détestait voir les excréments et le sang menstruel dans les champs. À cette époque-là, comme les toilettes étaient des latrines à fosse simple, les gens de son quartier les répandaient dans les champs comme du fumier sans fermentation. Quelques participantes racontent qu'elles voyaient le coton rouge de sang sur la voie ferrée. Comme les toilettes des trains n'avaient pas de réservoir, le coton utilisé pour des menstruations tombait sur la voie ferrée. Ce genre de situation pouvait contribuer à donner aux participantes une mauvaise image des menstruations.

#### 4.1.2. Analyse

Les participantes ont reçu l'éducation sexuelle à l'école et leur mère leur a enseigné comment traiter les menstruations; mais le réseau d'amies n'a pas joué un rôle significatif dans le partage des informations sur le sujet. On peut comprendre que les premières menstruations aient été partagées entre les femmes et non pas avec les hommes : l'éducation sexuelle a été donnée séparément aux filles et aux garçons. La mère a aidé sa fille à se préparer à ses premières menstruations; alors, toutes deux



pouvaient partager sur ce sujet. Par contre, les autres membres de la famille, c'est-à-dire les hommes, étaient exclus.

On voit que le rituel du *sekihan* 赤飯 n'est pas très présent chez les participantes plus âgées. Il n'y avait pas vraiment d'autres rituels qui soulignaient les premières menstruations. L'entourage devinait qu'une jeune fille avait ses premières menstruations lorsqu'on mangeait du *sekihan* 赤飯; le *sekihan* 赤飯 jouait donc quand même un rôle symbolique non négligeable lors des premières menstruations.

Comme il y avait des obligations, telles que laver et sécher le linge taché avec le sang menstruel séparément de celui des autres membres de la famille, on peut comprendre qu'à cette époque-là, les premières menstruations n'étaient pas très célébrées. Leur caractère impur était plutôt souligné. De plus, le contenant pour jeter le coton utilisé lors des menstruations n'existait pas encore. Le coton avec le sang était jeté avec les excréments et le sang menstruel était donc clairement associé à de la souillure. On peut comprendre que plusieurs participantes ne cachent pas leur lecture négative de leurs premières menstruations.

Pourquoi l'aspect impur des menstruations était-il souligné à ce moment-là? D'abord, comme le montrent les données : au Japon, les femmes vivent plus vieilles qu'avant et elles ont moins d'enfants qu'avant. Selon l'Organisation mondiale de la Santé (<http://www.who.int/countries/jpn/fr/>), l'espérance de vie à la naissance, pour les Japonaises, en 2013, était de 87 ans comparativement à 61.5 ans, en 1950, selon la recherche menée par Ikeda, Saito et al (Ikeda *et al.*, 2011). De plus, le taux de fécondité total a changé. Ce taux était de 4.5 enfants par femme en 1947, de 2.0 en 1957 et de 1.54 en 1990 (Mason et Jensen, 1995). Comme les femmes avaient plus d'enfants en peu de temps, on peut avancer l'hypothèse que les femmes avaient plus d'occasions se prendre conscience de leur pouvoir de donner la vie à cette époque-là.

Comme nous l'avons vu plus haut, le sacré étant ambivalent, il est composé des aspects pur et impur. Alors, plus les femmes peuvent prendre conscience de leur pouvoir, plus l'aspect impur des menstruations risque d'être accentué. Les premières menstruations représentent le premier moment où les filles détiennent le pouvoir de donner la vie et peuvent en prendre conscience. Dans une culture à dominante masculine, il importe de contenir le caractère contagieux de ce pouvoir. C'est pourquoi la société, la culture mettent en place un dispositif où les filles intériorisent leur association à l'impur et méconnaissent leur puissance. On impose aux filles de contenir l'impur, en lavant le linge marqué par du sang menstruel séparément des vêtements des autres membres de la famille et en le faisant sécher à l'ombre. L'isolement de l'impureté est requis. Nous interpréterons les interdictions plus en détail au moment d'aborder, le thème « les choses interdites pendant les menstruations ».

L'éducation sexuelle n'a pas beaucoup permis aux participantes de comprendre ce que sont les menstruations. C'est plutôt leur mère qui les aidait à se préparer et à comprendre leurs premières menstruations. Même si l'égalité entre les sexes a été introduite dans l'éducation après la guerre, le pouvoir des femmes n'a manifestement pas été enseigné à l'école!

## 4.2. Les produits d'hygiène féminine

### 4.2.1. Description

Avant la sortie des premiers produits d'hygiène féminine au Japon, les femmes utilisaient le coton hydrophile. Elles le coupaient à la main afin de l'ajuster à leur taille. Souvent les mères préparaient ce coton pour leurs filles :

J'ai aussi utilisé le coton hydrophile, ma mère l'avait découpé pour moi et c'était très grand. (Participante Q)

Quand j'étais jeune, je coupais un grand morceau de coton afin de l'ajuster à ma taille et j'enveloppais tout avec des mouchoirs de papier. Je les ai mis dans une boîte afin de les garder. (Participante O)

Plus tard, le coton hydrophile déjà découpé en rectangles est sorti sur le marché :

Il y avait aussi un produit avec du coton hydrophile déjà coupé. Mais ça fuyait facilement. Je ne l'ai pas aimé. (Participante R)

J'utilisais du coton hydrophile déjà découpé en rectangles. C'était très volumineux. J'utilisais aussi du coton hydrophile que je coupais à la main au début. (Participante W)

Souvent, des participantes et leur mère cachaient les produits d'hygiène féminine aux petits garçons :

Comme j'ai un frère qui est âgé de 2 ans de plus que moi, ma mère se cachait pour me couper du coton hydrophile. (Participante U)

Un jour, mes petits frères m'ont trouvé avec une serviette à la main pour les menstruations et ils se sont moqués de moi en me demandant ce que c'était. J'étais très triste et j'ai beaucoup pleuré. (Participante O)

Les premiers produits d'hygiène féminine japonais *Anne* アンネナプキン sont sortis en 1961; la plupart des participantes étaient alors encore à l'école. Les participantes étaient surprises : c'était plus commode et pratique que le coton hydrophile qu'elles utilisaient. Toutes les participantes connaissaient les produits *Anne* アンネナプキン; c'était des produits qu'elles appréciaient beaucoup. Toutes les participantes étaient d'accord pour dire que les produits d'hygiène féminine ont facilité la vie des femmes.

Les produits *Anne* アンネナプキン étaient chers au début. Alors, pour les participantes, c'était une chose précieuse :

Comme les produits *Anne* アンネナプキン étaient chers au début, j'en ai pris grand soin. (Participante V)

Au collège, des amies m'ont montré une serviette hygiénique et je suis allée en acheter une à la pharmacie. J'ai eu l'impression que c'était une chose merveilleuse. (Participante P)

Les produits *Anne* アンネナプキン étaient très surprenants, c'était très pratique et la qualité était meilleure que les cotons hydrophiles qu'on coupait à la main. Les produits d'hygiène féminine absorbaient bien le sang, et la texture était confortable. [...] C'était facile de bouger, et je n'ai pas eu chaud. En plus, on n'a pas besoin de le couper afin de l'ajuster à sa taille. (Participante Q)

Plus tard, les produits d'hygiène féminine pour la journée et pour le soir sont sortis. Avant l'apparition de ces produits, les participantes s'ingéniaient à éviter la fuite du sang :

Je me souviens que j'utilisais deux serviettes hygiéniques lorsque je saignais beaucoup, pour éviter les fuites. Les produits d'hygiène féminine n'étaient pas aussi variés qu'aujourd'hui. (Participante W)

De plus, les femmes utilisaient des slips noirs en tissu avec du caoutchouc ou du plastique dans la partie de la fourche afin d'éviter les fuites de sang. L'usage de ces slips réduisait le nettoyage des taches de sang et empêchait aussi les fuites. Il y avait seulement les slips noirs au début, mais des slips bleus et roses sont apparus plus tard. Quelques participantes n'ont pas aimé ces slips noirs :

Quand je regarde en arrière, je me demande pourquoi on portait des slips aussi laids. (Participante U),

La coupe du slip a été améliorée et on a offert de nouvelles couleurs. Il y en avait en bleu et en rose. J'étais vraiment heureuse, car j'avais détesté le slip noir. (Participante S)

À cette époque-là, les femmes évitaient de mentionner leurs menstruations directement. Le nom des produits *Anne* アンネナプキン était aussi utilisé pour nommer autrement les menstruations :

Je me souviens qu'on disait « J'ai le jour d'*Anne* アンネ aujourd'hui » quand on avait ses menstruations. (Participante U)

On n'utilise plus vraiment cette expression, mais on appelait les menstruations *mén-su* (NDLR; c'est un mot anglais utilisé seulement au Japon. C'est le même mot que « menses » en anglais) à notre époque. Je n'ai pas aimé que les garçons me disent « Ah! Tu as des *mén-su*! » (Participante S)

Quant au tampon, il y a des participantes qui l'utilisaient souvent, d'autres qui l'utilisaient seulement quand cela était nécessaire, et d'autres encore qui ne l'ont jamais utilisé. La participante P dit qu'elle utilisait le tampon après son mariage :

Je n'ai jamais utilisé le tampon, car j'avais peur de l'insérer. (Participante R)  
J'ai utilisé le tampon et j'ai trouvé que c'était pratique, surtout quand je faisais du sport. (Participante Q)

Je pense que la vie des femmes a changé lorsque le tampon est apparu... Ma vie a beaucoup changé grâce à ce produit. J'avais peur de l'utiliser au début, mais une fois habituée, je l'ai beaucoup apprécié. (Participante P)

#### 4.2.2. Analyse

Quand les répondantes ont eu leurs premières menstruations, les produits d'hygiène féminine n'étaient pas encore facilement accessibles; chacune gérait le sang menstruel à sa manière. Elles se sont ingéniées à éviter la fuite de sang menstruel. La mère jouait un rôle important; c'est elle qui transmettait cette gestion de la souillure.

Les commentaires des participantes sur l'apparition des produits d'hygiène *Anne アンネナプキン* montrent l'impact de ces derniers. Ils ont libéré les femmes des fuites de sang menstruel; alors les participantes en ont acheté même s'ils étaient chers. Comme nous l'avons vu, le sang menstruel est porteur de souillure et les femmes s'inquiétaient beaucoup des fuites de sang menstruel. Avant la venue sur le marché des produits d'hygiène féminine *Anne アンネナプキン*, le slip noir a été utilisé afin d'éviter les fuites de sang. Les participantes éprouvaient, à cette époque, de la répugnance pour ce slip qui montrait qu'elles avaient leurs menstruations. Le noir est non seulement une couleur qui sert à camoufler les taches de sang menstruel, le noir est aussi associé à la couleur du *kegare ケガレ*, synonyme de l'impureté (Namihira, 1977, p. 18), Par exemple, on porte des vêtements noirs pour les funérailles. On peut comprendre pourquoi les participantes étaient étonnées plus tard que ce slip soit disponible en d'autres couleurs.

Les participantes cachent aux petits garçons les cotons utilisés pour les menstruations. Même si ces enfants ne comprennent pas qu'il s'agit des menstruations, pour ces femmes, montrer qu'elles ont leurs menstruations signifie qu'elles sont impures.



Comme nous l'avons vu dans le chapitre sur le cadre théorique (voir le chapitre 2.3.), on peut associer cette impureté du sang menstruel à une création de la culture patriarcale. Les femmes craignaient que même les petits garçons sachent qu'elles avaient leurs menstruations.

Le développement des produits d'hygiène au Japon correspond à une période de promotion sociale des femmes. Selon Mary C. Brinton, auparavant les femmes travaillaient dans l'agriculture, mais, à partir de l'ère *Meiji* (明治), une époque où l'industrialisation (surtout l'industrie légère) s'est développée, elles ont commencé à travailler dans les usines. En effet, au début du 19<sup>e</sup> siècle, l'industrie lourde s'était développée, mais c'était des hommes qui y travaillaient. À partir du milieu des années 1950, les femmes travailleront plus dans les industries secondaires et tertiaires, comme les services, que dans l'industrie primaire, comme l'agriculture :

« With industrialization, women moved out of the agricultural sector and into the secondary and tertiary sectors, but not until the mid 1950s did the percentage of employed women who worked in agricultural fall below 50 percent. This mirrors the transformation of Japan from a primary agricultural economy to an advanced industrial economy with a large service sector » (Brinton, 1993, p. 27).

C'est en 1961 qu'apparaissent les premiers produits d'hygiène féminine japonais *Anne* アンネナプキン qui vont contribuer à ce que les femmes puissent aller travailler dans les bureaux, etc. En même temps, on peut se demander pourquoi les produits d'hygiène féminine japonais ne se sont pas développés avant, alors qu'en Amérique, des produits d'hygiène féminine étaient disponibles sur le marché dès 1921. Il y a 40 ans d'écart entre ces deux pays. Cet écart peut s'expliquer par plusieurs raisons.

D'abord, il y a eu les guerres (sino-japonaise (1937-1945 et deuxième guerre mondiale 1939-1945). À la suite de ces guerres, le Japon a pris du temps pour se rétablir. Hikaru Tanaka présente deux autres raisons : avant les guerres, les femmes, ayant plus d'enfants, avaient moins souvent leurs menstruations (Tanaka, 2013, p.46-47), puisqu'elles n'en avaient pas pendant la grossesse et la période d'allaitement. Pour Tanaka, il y avait alors moins de nécessité de développer des produits d'hygiène féminine. Deuxièmement, elle rappelle l'impureté du sang menstruel. Les menstruations étaient considérées comme une souillure. Alors les gens pensaient qu'elles n'étaient pas importantes et on n'a pas développé des produits pour traiter le sang menstruel. Cela a certainement contribué à la persistance de la notion d'impureté des menstruations (Tanaka, 2013, p. 105). Elle dit aussi qu'il y avait d'autres produits pour les menstruations avant qu'apparaissent les produits d'hygiène féminine *Anne* アンネナブキン. Mais, comme les menstruations étaient vues comme impures dans la société, les entreprises n'ont pas activement fait de publicité pour leurs produits (Tanaka, 2013, p. 104).

Quant au tampon, quelques participantes avaient peur de l'insérer dans le vagin et il y a même des participantes qui, à cause de cela, ne l'ont jamais utilisé. De plus, une participante a commencé à utiliser le tampon après son mariage. On peut considérer que le fait d'insérer un objet dans le vagin constitue un geste d'invasion dans le sacré. Le vagin de la vierge est sacré et extraordinairement pur parce qu'il n'a jamais été pénétré. L'insertion du pénis dans le vagin a pour but de créer une nouvelle vie, c'est un acte sacré; mais l'insertion du tampon, qui appartient à la sphère profane, n'est pas un acte sacré. Comme nous avons vu dans le cadre théorique, il ne faut pas que le sacré et le profane se touchent. Ainsi, on peut comprendre que l'hésitation envers l'insertion du tampon est motivée par une volonté, consciente ou non, de défense de la partie sacrée d'une femme.

Mais, en même temps, le tampon est un moyen très commode pour la gestion de la souillure. Quand on insère le coton dans le vagin, il y a moins de risque de fuite du sang menstruel qu'avec les serviettes hygiéniques. Ainsi, le tampon a réduit le souci des femmes et l'inconfort pendant les menstruations. En effet, les femmes ne pouvaient pas beaucoup bouger pendant les menstruations, mais, avec le tampon, elles peuvent jouir de leur vie quotidienne même pendant les menstruations.

On a vu que les femmes évitaient de mentionner leurs menstruations en utilisant à la place le nom des produits d'hygiène féminine *Anne* アンネナプキン ou les *menses* en anglais. Les menstruations sont associées à la puissance du sacré. Il est préférable d'éviter de les nommer afin de ne pas être contaminé par elles. Même aujourd'hui, en japonais, les femmes ne mentionnent pas directement leurs menstruations. Comme le souligne Taguchi, les femmes japonaises nées après l'occidentalisation du Japon ont honte de nommer les menstruations (*gekkei* 月経<sup>32</sup> en japonais) par leur nom; elles ont plutôt adopté le terme « détraquement physiologique » (*seiri teki koshô* 生理的故障 en japonais, souvent raccourci en *seiri* 生理) pour désigner les menstruations (Taguchi, 2003, p. 120).

#### 4.3. Le congé menstruel

##### 4.3.1. Description

La plupart des participantes travaillaient pendant leurs menstruations. Cinq participantes sur neuf prenaient le congé menstruel et aucune participante n'a mentionné qu'il était honteux de déclarer ses menstruations à ses supérieurs afin de

---

<sup>32</sup> Le mot *Gekkei* 月経 est un terme médical, 月 signifie la lune et 経 désigne le temps qui passe. Tanaka explique que l'utilisation du caractère 月 vient du fait que le cycle des menstruations est de 28 jours en moyenne, correspondant au cycle lunaire (Tanaka, 2013, p. 4).

prendre le congé menstruel. Une participante ne précise pas si le congé menstruel existait dans son entreprise ou non. Trois participantes ne prenaient pas le congé menstruel : deux disent que le congé menstruel n'existait pas dans leur lieu de travail. Une participante n'utilisait jamais le congé menstruel, même s'il existait dans son entreprise. Les modalités du congé menstruel variaient d'une entreprise à l'autre. Il y avait des entreprises où le congé menstruel était un congé payé. Nos participantes ne savent pas qu'aujourd'hui, le congé menstruel n'est pas payé et que beaucoup de femmes ne l'utilisent pas.

Souvent, pour demander le congé menstruel, des participantes imitaient les employées ayant le plus d'ancienneté ou même leur demandaient directement conseil :

Oui, j'ai utilisé le congé menstruel. Les femmes avec plus d'ancienneté dans mon entreprise prenaient le congé menstruel d'un air imposant, et elles le demandaient sans hésiter aux supérieurs. Je les ai imitées. (Participante O)

Moi, d'abord j'ai demandé conseil à mes aînées et j'ai demandé le congé menstruel à mon supérieur selon leurs conseils. Comment ai-je dit? Je pense que j'ai dit « j'ai mes menses. » (Participante P)

Les participantes des groupes 1 et 3 montrent que, contrairement à aujourd'hui, les femmes qui, à cette époque, prenaient le congé menstruel ne cachaient pas vraiment leurs menstruations. Au contraire, elles n'hésitaient pas à dire qu'elles avaient leurs menstruations.

Le témoignage de la participante O montre que le congé menstruel était assez courant à cette époque-là. Le supérieur a compris qu'elle prendrait le congé menstruel avant qu'elle ne mentionne ses règles :

Pour obtenir le congé menstruel, je devais demander la signature de mon supérieur<sup>33</sup>. En la demandant pour la première fois, mon supérieur m'a dit « Ah! Enfin, toi aussi! » (Participante O)

De plus, la participante P explique qu'il y avait des hommes qui avaient déjà leur famille; alors, elle n'hésitait pas à prendre le congé menstruel :

Dans mon lieu de travail, il y avait beaucoup d'hommes qui étaient mariés et qui avaient une famille. Alors ce n'était pas difficile de prendre le congé menstruel. (Participante P)

Par ailleurs, les participantes du groupe 2 expliquent qu'il était difficile de prendre le congé menstruel. Notons qu'il y a des contradictions dans leurs témoignages :

(Extrait de la conversation)

Q : Moi aussi, j'ai travaillé pendant mes menstruations. Il était difficile de prendre le congé menstruel à ce moment-là.

R : Même s'il existait déjà.

Q-: Oui, mais il n'était pas encore si populaire. Donc il était très difficile de le prendre.

S : C'est vrai. On ne prenait pas le congé menstruel ouvertement.

La participante Q n'a pas pris le congé menstruel souvent, car elle n'était pas une employée régulière et elle ne pensait pas que le congé menstruel lui était accessible :

Je n'ai pas pris le congé menstruel souvent. En fait, je n'ai pas travaillé comme employée régulière, alors je n'ai pas beaucoup bénéficié d'un tel service. De plus, je n'avais jamais pensé que le congé menstruel était un droit pour les femmes. (Participante Q)

---

<sup>33</sup> Au Japon, on utilise la sorte de sceau en guise de signature.

La participante R n'a pas pris le congé menstruel, car ses menstruations n'étaient pas douloureuses :

Je suis entrée dans une entreprise en 1967. Le congé menstruel y existait, mais je ne l'ai jamais pris. Je pensais que c'était un congé pour les femmes qui avaient des douleurs menstruelles sévères. Mes menstruations n'étaient pas si douloureuses. (Participante R)

Dans l'entreprise de la participante S, le congé menstruel était automatiquement attribué aux employées un jour par mois. La participante B, qui est dans la catégorie des femmes âgées entre 20 et 50 ans, travaille dans la même entreprise que cette participante S, mais, selon la participante B, le congé menstruel n'est plus disponible aujourd'hui dans son entreprise :

Dans mon entreprise, le congé menstruel existait. Je l'ai pris une fois par mois même si je n'avais pas de menstruations. Les employées ont automatiquement eu le congé menstruel un jour par mois en plus des congés payés normaux. [...] Notre entreprise était grande, et il y avait beaucoup d'employés. Comme mes employées avaient naturellement pris le congé menstruel, il était normal que je le prenne aussi. J'annonçais : « je prends le congé menstruel » d'un air confiant, à mes supérieurs. (Participante S)

La participante V travaillait dans l'industrie manufacturière et elle explique que, dans son entreprise, le mouvement syndical ouvrier était actif à ce moment-là. Ce dernier a servi à faciliter aux employées la prise du congé menstruel. Elle dit qu'elle prenait le congé menstruel même si elle n'avait pas ses menstruations, par exemple, pour sortir avec des amis :

Il y avait le congé menstruel dans mon entreprise. [...] Les employées avaient des congés payés normaux et, en plus de ça, il y avait le congé menstruel. [...] Toutes les employées ne prenaient pas les congés menstruels, mais j'en prenais toujours. J'utilisais ce congé pour sortir avec des amis, même si je n'avais pas mes menstruations. (NDLR : elle a ri.) Je demandais le congé à mes supérieurs en disant que j'avais mes menstruations. [...] Dans mon entreprise, il y avait un



syndicat ouvrier. À cette époque-là, notre syndicat s'efforçait d'améliorer le travail des femmes, donc il supportait le congé menstruel. (Participante V)

La participante U, qui travaillait dans l'hôtellerie, explique que le congé menstruel n'existait pas dans ce milieu. Elle soutient qu'il n'y avait pas beaucoup de différences entre les femmes et les hommes dans son lieu de travail.

#### 4.3.2. Analyse

Le congé menstruel était connu et utilisé dans la société japonaise des années 1960 – 1970, période où les participantes, étaient sur le marché du travail. Ce qui est notable dans le témoignage des participantes c'est que plusieurs d'entre elles prenaient le congé menstruel sans hésitation, plutôt avec assurance. Les employées ne cachaient pas leur féminité dans leur milieu de travail, mais les femmes ne travaillaient pas autant qu'aujourd'hui. Elles se mariaient plus jeunes. L'âge moyen du premier mariage des femmes japonaises s'est modifié entre 1970 et 2000; il est passé de 24.2 ans à 27 ans (Raymo, 2003, p. 84). L'interruption de carrière après l'accouchement était assez courante au Japon.

À cette époque, au moment où les femmes étaient en âge d'avoir des enfants, elles devaient rester à la maison et non aller au travail. Dans ce contexte, le congé menstruel était bien accepté; ce congé était même rémunéré. Il confirmait l'importance de prendre soin de la fonction reproductive des femmes.

Selon Guy Ménard, le profane a besoin de transgresser l'interdit périodiquement et de toucher le sacré afin de se régénérer (Ménard, 1999, p. 110-114). Les femmes qui ont leurs menstruations à chaque mois peuvent être considérées comme sacrées pendant cette période. Celles qui peuvent donner naissance à une nouvelle vie s'y préparent,

en touchant le sacré et en se régénérant ainsi à chaque mois. Porter une nouvelle vie dans son corps est un acte très épuisant. Celles qui touchent le sacré à chaque mois sont toujours prêtes pour attendre un enfant. Elles sont constamment pleines de puissance même si elles vivent dans la sphère profane.

Revenons au congé menstruel. Comme il était prévu à cette époque que les femmes aient plusieurs enfants, moins de femmes travaillaient comparativement à aujourd'hui. Arai et Lechevalier analysent l'enquête sur la population active du Ministry of Public Management, Home Affairs, Posts and Telecommunications du Japon. Cette enquête porte sur la participation des femmes japonaises de 15 à 65 ans au marché du travail, entre 1970 et 2000. L'analyse montre que moins de femmes travaillaient entre 25 ans et 34 ans, âge où beaucoup de femmes se mariaient et accouchaient de leur premier enfant :

[...] on observe en effet deux pics de participation pour les 20-24 ans et pour les 40-49 ans et un point bas de participation pour la catégorie 25-34 ans. Cette période correspond approximativement au moment du mariage et de la naissance du premier enfant, ce qui entraîne leur retrait de la vie active, avant un retour ultérieur sur le marché du travail, correspondant approximativement à l'achèvement des études des enfants (Arai et Lechevalier, 2005, p. 124).

De plus, cette enquête nous révèle qu'en 1970 beaucoup de femmes, âgées entre 25 à 29 ans, quittaient leur travail. Le nombre de ces départs se réduit au cours des décennies subséquentes (Arai et Lechevalier, 2005, p. 146). Nous savons qu'il était plus important pour les femmes d'avoir des enfants que de travailler dans une entreprise. Autrement dit, l'avenir des femmes était relié à leurs capacités reproductives à la maison et non à leur potentiel sur le marché du travail. Dans un tel contexte, on peut comprendre que le congé menstruel aidait les femmes à assumer leurs capacités reproductives.

Les femmes d'aujourd'hui, qui travaillent plus qu'auparavant et qui travaillent même pendant leurs menstruations, ont moins d'enfants. Par le témoignage des participantes B et S, on découvre que l'entreprise a limité l'utilisation du congé menstruel des employées. Avec l'augmentation des femmes sur le marché du travail et la baisse de la natalité, les entreprises, et éventuellement la société, ont pu juger que les femmes n'avaient plus besoin de se préparer régulièrement pour l'accouchement.

Le congé menstruel était globalement accepté par la société; les participantes n'étaient pas gênées de dire qu'elles avaient leurs menstruations lorsqu'elles prenaient le congé menstruel. Le statut des femmes et des hommes était clairement séparé et les femmes n'avaient pas besoin d'hésiter à prendre le congé menstruel.

Par ailleurs, il y a quelques participantes qui ne prenaient pas le congé menstruel, ou qui n'y avaient pas accès dans leur milieu de travail. Autrement dit, ces femmes ont travaillé aux mêmes conditions que les hommes. Ces femmes ont-elles davantage pris conscience de l'égalité entre des femmes et des hommes? Difficile à dire à partir des témoignages recueillis. Chose certaine, le Japon, d'après les données de la Banque Mondiale, est actuellement à la croisée des chemins en matière de taux de fécondité. Avec un taux de fécondité de 1,41% en 2012, il a un taux semblable à celui de l'Allemagne. Le Canada avec 1,61%, les Etats-Unis avec 1,88% et la France avec 2,01% rencontrent aussi le défi démographique mais, à des degrés différents. Quels moyens utilisera le Japon pour relever ce défi? Le congé menstruel reviendra-t-il au goût du jour?

#### 4.4. Les interdits pendant les menstruations

##### 4.4.1. Description

Les femmes japonaises ont l'habitude de fréquenter le temple lors des fêtes les plus significatives. À part deux participantes qui sont shintoïstes pieuses, la plupart des participantes n'observaient pas les interdits religieux pendant leurs menstruations; à leur avis, le respect de ces interdits était davantage le fait des générations précédentes. Par exemple, sauf les participantes O et P, personne ne respecte les interdits qui stipulent de ne pas aller au temple pendant les menstruations. Par ailleurs, beaucoup de participantes ont déjà entendu parler des interdits pendant les menstruations.

Les deux participantes shintoïstes pieuses ont raconté que leurs parents leur disaient qu'il fallait s'éloigner de l'autel (*kamidana* 神棚 en japonais) et des dieux (*kami* 神 en japonais) pendant les menstruations :

On nettoyait l'autel tous les matins et on y déposait des offrandes. Un jour, ma mère m'a dit qu'un malheur lui était arrivé, et elle m'a demandé de m'occuper de l'autel à sa place. Elle ne m'a pas dit qu'elle était menstruée. Elle ne s'approchait pas de l'autel à cause de ses menstruations. (Participante O)

Pour moi aussi, c'est la même chose que la participante O; mes parents me disaient qu'il fallait s'éloigner des dieux (*kami* 神 en japonais) pendant les menstruations. (Participante P)

La participante O a entendu d'une amie que le repiquage du riz était interdit aux femmes menstruées; elle pense que cette prohibition visait à protéger les femmes du froid de l'eau et du travail pénible et malpropre.

La participante T a parlé des interdits par rapport à la vie quotidienne : il lui était interdit de se laver les cheveux et de se faire donner une permanente pendant les

menstruations. Il semblerait que les cheveux et l'utérus sont connectés, et qu'en conséquence il y a des gestes qu'on ne peut pas poser :

J'ai entendu qu'on ne devait pas se laver les cheveux ou se faire une permanente pendant les menstruations, car ça arrête la circulation du sang. Comme les cheveux et l'utérus sont connectés, il ne faut pas refroidir l'utérus et il ne faut pas laisser les cheveux mouillés, la circulation sanguine pourrait être arrêtée. L'utérus est un lit pour un bébé et le lit est renouvelé à chaque mois. Si on arrête le sang, cela pourrait créer un myome utérin. C'est donc mieux de sécher les cheveux avant d'aller au lit, de ne pas faire de permanente et de ne pas se faire un shampoing pendant les menstruations. (Participante T)

Deux participantes disent qu'elles s'absentaient du cours d'éducation physique pendant les menstruations. Une participante ne pouvait pas bouger à cause de ses menstruations et une autre participante était obligée de s'absenter :

A l'école, il m'arrivait de m'absenter du cours d'éducation physique... je ne pouvais pas bouger à cause de mes menstruations. (Participante P)

J'étais aussi obligée de m'absenter du cours d'éducation physique pendant mes menstruations. Je ne comprenais pas pourquoi je ne pouvais pas y participer. (Participante R)

La participante D raconte pour sa part que porter la mini-jupe pendant les menstruations était mal vu :

On m'a répété qu'il ne fallait pas prendre froid. Du coup, lorsque les mini-jupes étaient à la mode, ce n'était pas bien vu pendant les menstruations. (Participante T)

Les participantes du groupe 3 racontent qu'elles faisaient attention lorsqu'elles prenaient un bain pendant leurs menstruations, afin de ne pas salir l'eau. Elles prenaient le bain à la fin du tour de la famille ou elles prenaient seulement une douche pendant les menstruations :

(Extrait de la conversation)

Quand j'étais petite, il n'y avait pas de salle de bain à la maison. Alors on allait aux bains publics. On m'avait dit qu'il ne fallait pas aller aux bains publics pendant les menstruations. Plus tard, la salle de bain a été installée à la maison. Pendant mes menstruations, je ne prenais pas un bain, seulement une douche. (Participante W)

Je prenais un bain après tout le monde pendant mes menstruations. Quand je sortais de la salle de bain, je faisais attention de ne rien salir. (Participante V)

Les participantes du groupe 2 ont mentionné la différence entre leur génération et celle de leurs parents. Dans les générations précédentes, il y avait plus d'interdits en lien avec les menstruations et la religion. Par exemple, les participantes ont entendu dire que c'était interdit aux femmes menstruées d'entrer dans la cuisine pendant le Nouvel An et les femmes menstruées devaient éviter de passer au milieu de l'entrée d'un sanctuaire *shinto*. Les participantes sont nées à l'époque de l'après-guerre. L'éducation avait beaucoup changé. À partir de la génération des participantes, cela s'est modernisé. Par exemple, l'égalité entre les femmes et les hommes a été introduite dans l'éducation. Ainsi, les participantes étaient moins influencées par les pensées traditionnelles. Elles disent qu'elles n'ont pas fait attention aux interdits en lien avec les menstruations et la religion.

Par contre, c'était différent à la maison. Comme leurs parents étaient de la génération précédente, celle qui est née avant la guerre, ils respectaient plus la tradition que la génération des participantes qui a reçu une éducation sexuelle à l'école. Mais leur mère leur a enseigné à respecter les interdits à la maison pendant les menstruations.

Les participantes du groupe 2 supposent que la notion traditionnelle de *kegare* ケガレ était présente chez la génération précédente. L'éducation sexuelle n'existait pas



encore à l'école, et les filles obtenaient des informations sur les menstruations par leurs amies ou leur mère.

On sait que quatre participantes lavaient le linge qu'elles utilisaient pendant leurs menstruations séparément de celui des autres membres de la famille et le séchaient à l'ombre :

(Extrait de la conversation)

W : J'ai interprété cette interdiction comme un conseil pour les femmes. Lorsqu'on expose un linge lavé, s'il reste encore un peu de sang menstruel, la tache reste et on ne peut plus l'enlever.

V : Mais on ne séchait pas notre linge avec celui des autres. Je ne voulais pas montrer aux autres que j'avais mes menstruations, alors je séchais mon linge utilisé pendant mes menstruations à l'ombre.

U : Je me souviens que ma mère m'a dit qu'il fallait que je lave les vêtements que je porte pendant mes menstruations séparément du reste du linge de ma famille. Elle m'a aussi dit que je pouvais laver mon linge dans la salle de bain quand je prenais un bain, et qu'il fallait le cacher sous une serviette quand je le séchais, car c'était gênant si mon frère le voyait.

#### 4.4.2. Analyse

Les participantes de cette catégorie parlent d'interdits non seulement à leur époque, mais aussi à celle des générations précédentes. On examinera d'abord les interdits de ces dernières, puis ceux des participantes.

Pour les générations précédentes, les interdits pendant les menstruations étaient clairement indiqués. Les femmes ne devraient pas passer au milieu de l'entrée d'un sanctuaire *shinto*, participer au peignage du riz ni entrer dans la cuisine pendant le

Nouvel An. L'entrée du temple *shinto*, appelée *torii* 鳥居, était une frontière qui divisait les sphères profane et sacrée<sup>34</sup>. Daniel Clarence Holtom explique le *torii* 鳥居 dans son livre *The National Faith of Japan: A Study of Modern Shinto* :

« In its original significance the torii was not merely a decorative gateway. It was a magical, protective device which guarded the opening in the shrine fence against the entrance of evil and contamination of all sorts » (Holtom, 1996, p. 9).

D'autres interdits, comme se trouver dans la cuisine pendant le Nouvel An et repiquer du riz, sont aussi des moments qui appartiennent à la sphère du sacré (pure). Le Nouvel An est un jour très pur, qui commence une nouvelle année. Au Japon, lors du Nouvel An, on mange des plats spéciaux pour souhaiter le bonheur et la cuisine où on prépare ces plats est également considérée comme pure. On interdisait alors aux femmes menstruées d'y entrer parce qu'elles étaient considérées comme impures. Il en est de même pour le repiquage du riz. Selon Emiko Ohnuki-Tierney, le riz est considéré comme pur dans la culture japonaise et le repiquage du riz appartient à la sphère du sacré. Lors du repiquage du riz, il y avait une danse traditionnelle pour souhaiter une récolte abondante<sup>35</sup>. On interdisait aux femmes menstruées de participer à cet événement.

---

<sup>34</sup> Randall L. Nadeau explique le *torii* 鳥居 : « Torii gates are symbolic markers indicating the boundary between two kinds of space: profane space and sacred space. They are located at the entrances to shrines and temples, cemeteries, gardens, mountains and forests, harbors, villages, city wards, imperial residences and private homes. They are not really "gates" at all, as they rarely stand within a fence or wall and have no doors to open or close. But they represent invisible barriers between an inner world that is clean, pure, and bright and an outer world that is spiritually polluted and morally uncertain. As such, torii gates are powerful symbols of the way that Japanese organize the world, associating the inner with the sacred and the outer with the profane. The "inner" is peaceful, spontaneous, healthy, natural, simple and good; the "outer" is troubled, dirty, chaotic, ill, false and bad. » Pour plus de détail pour le *torii* et la fonction du temple *shinto*, voir son article » (Nadeau, 1996).

<sup>35</sup> Cette danse traditionnelle est appelée *Dengaku*. Voir (Hamatani, 1992) pour plus de détails.

Il est évident que les participantes shintoïstes pieuses respectaient ces interdits pendant leurs menstruations. Par ailleurs, d'autres participantes soulignent qu'elles n'ont pas fait attention aux interdits traditionnels religieux. Plusieurs participantes disent que les interdits concernant la notion d'impureté des menstruations étaient pour les générations précédentes, celles qui sont nées avant la guerre. Hirokazu Narikiyo, spécialiste de l'histoire du Japon, écrit que le *kegare* ケガレ des femmes semblait bien présent avant la guerre (Narikiyo, 2003, p.1).

Comment ce changement de la croyance a-t-il été possible? Tokutaro Sakurai explique que le changement de la vie après la guerre et l'urbanisation pendant le miracle économique japonais ont provoqué l'écroulement de la communauté traditionnelle locale. Avant la guerre, les Japonais habitaient plus près de la nature, à la campagne, c'est-à-dire plus près du cosmos et du sacré. Mais après la guerre, avec l'industrialisation et l'urbanisation, les campagnes sont devenues des villes. Les gens ont commencé à moins vivre avec la nature.

On peut comprendre que plus on est loin du sacré, moins on a peur de la contamination du sacré. Anciennement, le système du sacré et du profane fonctionnait en s'appuyant sur la croyance populaire et, comme les gens vivaient avec la nature, synonyme du sacré, ils avaient peur de sa force. C'est pourquoi les Japonais vouent un culte à la nature dans le shintoïsme. Mais, avec l'industrialisation et l'urbanisation, la croyance en l'impureté a-t-elle disparu? On peut voir que, même si les participantes ne croient pas aux interdits traditionnels religieux, les interdits persistent encore. Cependant, la manière dont l'interdit se manifeste change.

Comme les parents des participantes étaient de la génération précédente, ils ont enseigné à leurs filles les interdits traditionnels à la maison. Certaines participantes les ont respectés et d'autres pas. Par exemple, deux d'entre elles ne pouvaient pas

participer au cours d'éducation physique pendant leurs menstruations. Cela montre qu'il y avait des actes interdits qui limitaient la vie quotidienne.

Plusieurs participantes disent qu'elles ne prenaient pas de bain pendant les menstruations, car elles ne voulaient pas salir l'eau. Nous avons vu cette interdiction avec des participantes âgées entre 20 et 50 ans (pour son interprétation, se référer au chapitre III, paragraphe 3.5.2.).

De plus, quatre participantes lavaient leur linge taché de sang menstruel séparément de celui des autres membres de la famille et elles étaient obligées de le sécher à l'ombre. Cette interdiction est sans doute reliée au caractère contagieux du sacré. Si on utilise la même eau pour laver le linge taché de sang menstruel et d'autres linges, l'impureté peut contaminer ces derniers. De plus, dans la mythologie japonaise, le soleil est considéré comme une déesse, ancêtre de l'empereur japonais. Jusqu'à la fin de la Seconde Guerre mondiale, l'empereur était considéré comme un dieu. Les femmes croyaient-elles que le sang menstruel, qui est considéré comme impur, ne devait pas faire face au soleil?

Quelques participantes parlent de l'interdiction de refroidir le corps, les cheveux et le ventre, pendant les menstruations. Ce discours est en lien avec la sensibilité au froid, en japonais *hié-sho* 冷え性, qui signifie symptômes variés à cause de la sensation de froid. Ce symptôme est assez courant chez les Japonaises; selon Sato, Matsushita et *al.*, plus de 30 % des femmes japonaises de tous les groupes d'âges ont des symptômes du *hié-sho* 冷え性 (Sato *et al.*, 2008, p. 1367). Selon Nakamura, Horiuchi et *al.*, ce concept de sensibilité au froid n'existe pas en Occident (Nakamura *et al.*, 2010, P. 206-207). Le *hié-sho* 冷え性 serait lié à la médecine chinoise. On l'appelle le *kampoh* 漢方 en japonais. Katsutoshi Terasawa explique la relation entre le *hié-sho* et la médecine chinoise : « In traditional Kampoh medicine, 'Hie-sho' has been

interpreted as imbalance between three important factors, i.e., vital energy, blood and water » (Terasawa, 1987, p. 85)<sup>36</sup>. Les irrégularités menstruelles sont un de symptômes du *hié-sho* 冷え性. Ainsi, on peut mieux comprendre les témoignages des participantes. Ces interdictions viendraient possiblement de notions véhiculées par la médecine chinoise.

#### 4.5. Les cabanes d'accouchement

##### 4.5.1. Description

À notre surprise, pratiquement aucune participante ne connaissait les cabanes d'accouchement. Seulement les participantes O et R ont mentionné :

J'avais l'impression que ça n'existait que dans le mythe japonais. (Participante O)

Je l'ai lu dans un livre, mais je n'en ai jamais vues et personne dans mon entourage n'a mentionné leur existence. (Participante R)

##### 4.5.2. Analyse

Aucune des participantes interrogées ne connaît les cabanes d'accouchement. Hikaru Tonomura montre que la cabane d'accouchement existait jusqu'aux années 1910. La participante O, qui a 76 ans, est née à la fin des années 1930, et les autres participantes, qui ont environ 65 ans, sont nées durant les années 1950. Alors, il est possible que leur grand-mère ait connu les cabanes d'accouchement, mais cette information de la tradition n'a pas été pas transmise aux participantes par leur famille.

---

<sup>36</sup> Pour plus d'informations sur les concepts de la médecine chinoise, voir (Boudon, 1979).

On peut émettre l'hypothèse que cette pratique millénaire a complètement changé à l'intérieur de seulement une ou deux générations. On peut aussi comprendre que l'industrialisation et l'urbanisation après la guerre ont facilité ce changement rapide.

#### 4.6. Le sūtra sur la menstruation

##### 4.6.1. Description

Personne ne connaissait le sūtra sur les menstruations. Par ailleurs, quelques participantes ont réagi à ma question « Avez-vous déjà entendu parler du sūtra sur la menstruation? » :

Je pense que cela a un lien avec l'interdiction faite aux femmes d'entrer au temple. (Participante P)

Peut-être que la génération de nos parents connaît cette histoire. (Participante W)

(Extrait d'une conversation)

S : Je connais [le sūtra intitulé] «l'enfer du sang», mais je pensais que c'était pour les gens qui avaient commis l'adultère. Mais, si toutes les femmes doivent aller dans cet enfer, je m'oppose à cela. Si nous sommes nées en tant que femmes, c'est simplement parce que notre chromosome sexuel est différent de celui des hommes. Il ne faut pas blâmer quelqu'un à cause de son sexe, on ne choisit pas de naître homme ou femme.

Q : Mais on vit dans une société dominée par les hommes et qui méprise la femme.

[...]

T : Mais les femmes, elles, peuvent donner la vie en accouchant.



S : C'est ça, je veux demander aux hommes qui méprisent les femmes d'où ils viennent! (NDLR; elle a ri.) je me souviens d'un politicien qui a déjà dit que les femmes ne sont que des machines pour accoucher des enfants.

#### 4.6.2. Analyse

Aucune participante ne connaît le sūtra sur la menstruation. Quelques participantes nous ont indiqué que peut-être les générations précédentes le connaissaient. Il n'y a donc pas eu de transmission d'une génération à l'autre. Les participantes semblent avoir plutôt adopté des idées contraires aux générations précédentes : l'égalité entre les sexes.

#### 4.7. Leur point de vue sur la façon dont les nouvelles générations vivent leurs menstruations

##### 4.7.1. Description

Les participantes des groupes 1 et 2 pensent que les femmes d'aujourd'hui vivent différemment les menstruations, alors que les participantes du groupe 3 trouvent qu'il n'y a pas beaucoup de différences.

Plusieurs participantes ont souligné la qualité des produits d'hygiène féminine actuels; elles constatent aussi que la qualité de la vie des femmes d'aujourd'hui s'est sensiblement améliorée par rapport à celle qu'elles ont connue dans leur jeunesse. Les femmes d'aujourd'hui vivent plus confortablement leurs menstruations que les générations précédentes :

Je pense qu'il est formidable que l'on bouge librement pendant les menstruations. On n'a pas besoin de se sentir incommodée. (Participante O)

Je ne suis pas sûre que ça ait beaucoup changé... mais la qualité de la vie quotidienne s'est beaucoup améliorée. (Participante V)

En même temps, certaines participantes mentionnent qu'il y a des difficultés pour les femmes d'aujourd'hui. Par exemple, dans le milieu de travail, au nom de l'égalité entre les hommes et les femmes, il n'y a plus de congé menstruel et les femmes doivent travailler pendant leurs menstruations.

Pour la participante P, même si la qualité des produits d'hygiène féminine s'est améliorée, certaines femmes continuent de souffrir de douleurs menstruelles; elle ne sait donc pas si les femmes d'aujourd'hui vivent plus facilement leurs menstruations :

Aujourd'hui, on peut vivre son quotidien tranquillement même pendant les menstruations. Mais quand même, il y a encore des femmes qui ont des douleurs menstruelles sévères, et les symptômes varient selon les gens. Alors, je ne peux pas dire que la vie pendant les menstruations est plus facile aujourd'hui tout simplement. (Participante P)

Les participantes du groupe 2 pensent que la vie des femmes a beaucoup changé grâce à l'amélioration des produits d'hygiène féminine et l'arrivée de la pilule contraceptive. Pour ces participantes, il semble que les femmes d'aujourd'hui font moins attention à leur corps. Elles pensent qu'il est important de connaître le rythme de son corps, plus particulièrement celui relié au cycle menstruel. De plus, elles sont d'avis que le contrôle de la période menstruelle avec la pilule contraceptive n'est pas bien pour le corps, car cela n'est pas naturel.

La participante S pense que les femmes d'aujourd'hui veulent contrôler leurs menstruations afin d'atteindre l'égalité des sexes, mais elle rappelle l'importance de la différence entre les femmes et les hommes :

Même si on veut atteindre l'égalité des sexes, le fait est que nos corps fonctionnent différemment. Je pense que les femmes veulent supprimer ou contrôler leurs menstruations pour ne pas être inférieures aux hommes. Mais comme Dieu a créé les femmes et les hommes en leur donnant des corps différents, je pense que les femmes devraient reconnaître cette différence. Peut-être que c'est notre rôle d'enseigner aux jeunes femmes qu'il faut prendre soin de son corps. (Participante S)

Selon les participantes, dans leur jeunesse, elles vivaient au rythme de la nature et elles n'avaient pas trop de douleurs menstruelles. Elles ont grandi dans l'après-guerre, à une époque de changement. Comme les moyens de transport n'étaient pas encore modernisés, elles étaient physiquement très actives pour se déplacer. Il n'y avait pas de technologie pour climatiser l'air dans les maisons. Il n'y avait pas non plus de pilule contraceptive; il fallait faire attention au rythme de son corps et au cycle menstruel. Selon elles, les menstruations des femmes étaient plutôt stables à cette époque-là.

J'ai dit aux participantes du groupe 2 que mes menstruations n'étaient pas stables et que j'avais pas mal d'amies comme moi. Elles pensent que c'est parce que les femmes d'aujourd'hui sont stressées et travaillent trop. Grâce à la technologie, la qualité de la vie s'est améliorée, mais les participantes considèrent que ces changements modifient le corps et la pensée des femmes par rapport à leurs menstruations.

#### 4.7.2. Analyse

La vie des femmes âgées entre 20 et 50 ans et celle des femmes âgées de plus de 60 ans sont très différentes. Ces dernières ont vécu l'époque du miracle économique japonais. Lorsque la génération suivante est née, la qualité de la vie était déjà

améliorée et les produits d'hygiène féminine étaient disponibles. Ainsi, elles pouvaient vivre leurs menstruations plus confortablement.

Mais, au fond, le fait que les femmes aient des menstruations ne change pas entre les générations. Les produits d'hygiène féminine se sont développés, car il faut cacher les menstruations, synonyme de la souillure. Les femmes d'aujourd'hui peuvent vivre confortablement, même pendant les menstruations, grâce aux produits d'hygiène féminine améliorés, mais le fait que les femmes soient considérées comme impures pendant les menstruations n'a pas changé depuis la génération précédente. C'est que les menstruations sont mieux camouflées qu'avant. Comme nous l'avons vu précédemment, les femmes d'aujourd'hui travaillent autant que les hommes et, si elles veulent être évaluées comme les hommes, il faut qu'elles cachent leurs menstruations, qui soulignent leur féminité, qui les différencient des hommes.

Non seulement le développement des produits d'hygiène féminine, mais aussi le rythme des menstruations a changé avec le temps. Plusieurs participantes disent qu'il semble que les femmes d'aujourd'hui ont leurs menstruations pas aussi régulièrement que les femmes de la génération précédente, qui avaient leurs menstruations au rythme naturel. Les participantes disent également qu'il y a des femmes qui souffrent beaucoup des menstruations, ce qui n'était pas le cas dans les générations précédentes.

Les participantes âgées de plus de 60 ans semblent penser que ce n'est pas bien que les femmes aujourd'hui prennent des moyens de contraception. En prenant la pilule contraceptive, les femmes n'ont pas besoin de faire très attention à leur corps, puisqu'elles savent déjà quand viendront leurs menstruations. On peut même décaler ses menstruations. Cette invention moderne a-t-elle changé la relation entre les femmes menstruées et le système du sacré et du profane? Avant de répondre à cette question, voyons la fonction de la pilule contraceptive. L'effet le plus significatif

quand on prend la contraception hormonale, c'est que l'ovulation, qui libère l'ovule mûri et qui rend la grossesse possible chez les femmes, ne se produit pas :

Pour simplifier, on dira que le cycle menstruel (du 1<sup>er</sup> jour des règles au 1<sup>er</sup> jour des règles suivantes) est un processus qui permet à l'ovaire de libérer l'ovule et prépare l'utérus à une éventuelle grossesse.

Ce processus est mis en place par l'intervention dans l'organisme de deux hormones, l'oestrogène et la progestérone. La pilule est une association de ces deux hormones chimiques qui reconstitue un cycle hormonal artificiel. Les ovaires sont au repos, ils fabriquent moins d'hormones, et il n'y a plus d'ovulation (Mouvement français pour le planning familial, 1993, p.51).

Donc, pendant qu'une femme prend la pilule contraceptive, son corps n'a pas d'ovulation, comme pendant une grossesse. Mais, ce n'est pas une grossesse, son utérus est vide. Tant que les femmes prennent la pilule contraceptive, elles ne peuvent pas être enceintes. Elles n'ont pas d'ovulation, qui rend la grossesse possible.

Les participantes pensent que c'est bien de laisser les menstruations au rythme naturel. On peut formuler l'hypothèse que les femmes des générations précédentes croient inconsciemment que les femmes menstruées peuvent toucher au sacré et « recharger » ainsi leur pouvoir régulièrement.

#### 4.8. Conclusion

Nous avons vu comment le tabou sur les menstruations était présent chez les femmes âgées de plus de 60 ans. Ce chapitre nous permet de comprendre que l'impureté des menstruations était davantage un enjeu, surtout avant la guerre. À cette époque, les femmes avaient plus d'enfants en peu de temps; elles manifestaient davantage leur pouvoir de donner la vie. Le sacré étant ambivalent, il est composé des aspects pur et impur. Dans ce système symbolique, il semble que plus le pouvoir des femmes de

donner la vie est apparent, plus l'aspect impur des menstruations est accentué. Comme les femmes avaient plus d'enfants, elles étaient considérées comme plus productives à la maison qu'au travail. C'est pourquoi le congé menstruel était bien accepté à cette époque-là; le congé menstruel était le congé qui aidait les femmes à bien vivre les menstruations, pour être éventuellement fécondes. Ainsi, les femmes n'hésitaient pas à prendre le congé menstruel.

Les participantes ne croient pas aux interdits traditionnels religieux qui concernaient l'impureté des menstruations. Elles disent que cette notion est associée aux générations précédentes nées avant la guerre. On peut comprendre ce changement. Auparavant, les Japonais habitaient plus en proximité avec la nature, synonyme du sacré; avec l'avènement de l'industrialisation et l'urbanisation, le profane s'est éloigné du sacré et les gens ont eu moins peur de la contamination du sacré. Le respect des interdits traditionnels religieux est ainsi devenu moins contraignant. Les participantes ont reçu une éducation moderne qui les a aidées à se distancer des interdits traditionnels, même si leur mère leur avait enseigné ces interdits. Cependant, même si les participantes disent qu'elles n'avaient pas d'interdits pendant leurs menstruations, on peut observer les interdits dans leur vie quotidienne. Les femmes faisaient attention de ne pas avoir de fuite de sang menstruel et de ne pas salir l'eau du bain et elles lavaient leur linge taché de sang menstruel séparément du linge des autres membres de la famille. Ces exemples montrent que le tabou des menstruations persiste même si la société a changé.



## CONCLUSION

Dans cette étude, nous avons analysé différents aspects du tabou de la menstruation au Japon. Au 8<sup>e</sup> siècle le sang des femmes n'était pas considéré comme impur. Cependant, au cours de l'histoire, le sang des femmes est devenu impur, surtout pour des raisons politiques. Cette répugnance est demeurée dans la société et elle joue encore aujourd'hui un rôle pour maintenir la hiérarchie entre les hommes et les femmes.

Nous avons procédé à l'analyse des entrevues de deux générations différentes. Entre ces deux générations, la société japonaise s'est beaucoup développée technologiquement et économiquement. La vie des femmes a également changé. En ce qui concerne les menstruations, on peut observer que certains éléments ont traversé le temps et que d'autres se sont modifiés.

Les premières menstruations témoignent qu'une fille a le pouvoir de créer une vie nouvelle. La jeune génération célèbre cet événement, tandis que la génération précédente ne le célébrait pas. Nous avons vu que l'aspect impur des menstruations était davantage souligné par la génération précédente, et que le mode d'affirmation de la puissance des femmes passait alors par les maternités nombreuses. Aujourd'hui, avec la contraception, on célèbre davantage les premières menstruations. Est-ce que cela signifie que le pouvoir de fécondité des femmes apparaît moins menaçant?

Les produits d'hygiène féminine se sont améliorés au cours de l'histoire. Ces derniers servent aux femmes à mieux gérer et à cacher le sang menstruel. Avec le développement des produits d'hygiène féminine, les femmes d'aujourd'hui peuvent travailler avec moins de souci pour les fuites de sang menstruel. C'est pourquoi les femmes de la génération précédente étaient si heureuses lorsque les premiers produits

d'hygiène féminine *Anne* アンネナブキン sont sortis. Par ailleurs, si les femmes aujourd'hui veulent travailler et être évaluées aussi bien que les hommes, elles doivent cacher leurs menstruations, qui soulignent leur féminité. Ainsi, de nos jours, moins de femmes prennent le congé menstruel et elles sont gênées de dire qu'elles ont leurs menstruations lorsqu'elles s'absentent du travail à cause de ces dernières. C'était différent chez les femmes plus âgées, qui prenaient le congé menstruel plus facilement et disaient elles-mêmes d'un ton plus assuré qu'elles avaient leurs menstruations.

On peut comprendre cette différence en réfléchissant à l'histoire de la promotion sociale des femmes. Autrefois, la répartition des tâches entre les sexes était plus claire. Les hommes travaillaient en entreprise et les femmes restaient à la maison et s'occupaient des enfants. Le congé menstruel était bien accepté puisque ce congé permettait aux femmes de se reposer et de se préparer pour une éventuelle grossesse. À cette époque, peu de femmes mariées travaillaient après avoir accouché des enfants. Aujourd'hui, les femmes sont appelées à devenir plus productives au travail tout en assumant la majorité des tâches domestiques. On remarque aussi que les produits d'hygiène féminine se sont améliorés et facilitent l'intégration des femmes sur le marché du travail.

Le Japon est très développé technologiquement, mais il est intéressant de noter que la pensée symbolique subsiste. Selon mes entretiens avec les femmes âgées de plus de 60 ans, la notion religieuse de l'impureté des menstruations était associée aux générations qui sont nées avant la guerre 1939-1945. Cependant on peut observer que les participantes plus âgées ont respecté les tabous sur les menstruations et que les jeunes respectent aussi les interdictions sur les menstruations. Par exemple, elles sont limitées dans certains actes, tels que prendre le bain ou aller aux sources thermales.

À compter des années 1900, les anciens interdits religieux n'ont pas été transmis aux jeunes générations et on peut observer que le tabou sur les menstruations s'adapte aux changements culturels. Les deux générations s'appliquent à ne pas montrer le sang menstruel aux autres et à ne pas salir l'eau du bain (ou de la source thermale) avec le sang menstruel. Ici, on peut voir que les femmes intériorisent l'impureté symbolique. Lors d'un voyage, afin de ne pas salir l'eau de la mer ou des sources thermales, qui est un symbole de pureté, beaucoup de femmes d'aujourd'hui prennent la pilule contraceptive temporaire pour décaler leurs menstruations. Ces outils modernes servent à respecter et perpétuer le tabou de la menstruation.

Non seulement la pilule contraceptive, mais aussi d'autres outils modernes facilitent l'observation du tabou, tels que les serviettes, les tampons et le congé menstruel. Ces inventions se sont développées avec la promotion sociale des femmes. Comme davantage de femmes travaillent autant que les hommes, elles ont besoin de cacher leurs menstruations, qui témoignent de leur féminité et qui les différencie les hommes. Même si la société a changé, les tabous anciens persistent et il est difficile de les faire disparaître.

Nous avons vu que, même si la société a changé, le tabou de la menstruation n'a pas disparu. Ce tabou s'enracine dans la culture; il persiste en changeant de forme. Le tabou du sang menstruel organise la société en apprenant aux femmes la gestion du sang menstruel. Les femmes pourraient être fières du pouvoir de donner la vie mais, afin de maintenir l'ordre social et le rapport entre les hommes et les femmes, il ne faut pas que les femmes prennent conscience de ce pouvoir. C'est pourquoi le tabou du sang menstruel est intériorisé dans la société au nom de l'impureté, et c'est pourquoi peu de femmes transgressent ce tabou.

Tant que les femmes auront des menstruations, il semble bien que le tabou du sang et l'inégalité entre les hommes et les femmes persisteront. Mais est-ce une fatalité? Est-

ce que la suppression des menstruations aurait vraiment pour effet d'annuler la hiérarchie des sexes? Ou faut-il explorer d'autres voies pour parvenir à l'égalité entre les sexes ?

## ANNEXE A : PHOTOS D'UNE CABANE D'ACCOUCHEMENT



Photo 1 : La façade d'une cabane d'accouchement à Hamamatsu



Photo 2 : L'arrière d'une cabane d'accouchement à Hamamatsu

## ANNEXE B : GUIDE D'ENTRETIEN – FEMMES DE 20 À 50 ANS

**Pour les femmes âgées de 20 à 50 ans (qui sont menstruées et qui utilisent les produits d'hygiène féminine):**

1. Vous rappelez-vous de votre première menstruation? Comment avez-vous vécu cette expérience? En avez-vous parlé avec votre mère, vos sœurs ou vos amies?
2. Ressentez-vous des malaises au niveau physique ou mental pendant vos menstruations?
3. Habituellement, travaillez-vous lorsque vous avez vos menstruations?
4. Connaissez-vous l'existence du congé menstruel?
5. Le congé menstruel est-il offert dans votre milieu de travail?
6. Prenez-vous le congé menstruel? Si oui, comment ça se passe avec votre employeur? Sinon, pourquoi ?
7. Quel type de produits d'hygiène féminine utilisez-vous ? (Par exemple : serviette, tampon, coupe menstruelle)
8. Que pensez-vous de la publicité concernant les produits d'hygiène féminine?
9. Parlez-vous du sujet de la menstruation avec votre conjoint ou partenaire ?
10. Y a-t-il des gestes interdits, des choses que vous ne pouvez pas faire à la maison lorsque vous avez vos menstruations? (préparation de la nourriture, prières, etc.)
11. Est-ce qu'il y a des gestes que vous n'êtes pas à l'aise de poser dans la communauté pendant vos menstruations? (faire du sport, aller au temple, effectuer un voyage)
12. Êtes-vous à l'aise d'avoir des rapprochements avec votre partenaire pendant vos menstruations? Votre partenaire est-il à l'aise?



## ANNEXE C : GUIDE D'ENTRETIEN – FEMMES DE PLUS DE 60 ANS

**Pour les femmes âgées de plus de 60 ans (qui ne sont donc plus menstruées mais qui se souviennent des cabanes d'accouchement/menstruelles et/ou qui ont connu l'époque où les produits d'hygiène féminine n'existaient pas) :**

1. Vous rappelez-vous de votre première menstruation? Comment avez-vous vécu cette expérience? En avez-vous parlé avec votre mère, vos sœurs ou vos amies?
2. Dans votre jeunesse, qu'est-ce que les femmes faisaient lorsqu'elles étaient menstruées?
3. Vous rappelez-vous quand vous avez utilisé des produits d'hygiène féminine pour la première fois ? À votre avis, ces produits ont-ils facilité la vie des femmes?
4. Avez-vous travaillé lorsque vous aviez vos menstruations?
5. Y avait-il des gestes interdits, des choses que vous ne pouviez pas faire à la maison lorsque vous aviez vos menstruations? (préparation de la nourriture, prières, rapprochement avec votre mari, etc.)
6. Est-ce qu'il y avait des gestes que vous ne pouviez pas poser dans la communauté pendant vos menstruations?
7. Était-il possible d'aller au temple pendant vos menstruations?
8. Connaissez-vous le congé menstruel qui a été introduit en 1947? Comment les femmes ont accueilli ce congé? L'avez-vous utilisé?
9. Avez-vous déjà vu ou entendu parler des cabanes menstruelles (les cabanes d'accouchement)? Si oui, qu'est-ce que vous savez à propos de ces cabanes? Votre mère a-t-elle connu les cabanes menstruelles?
10. Avez-vous déjà entendu parler du sūtra sur la menstruation?
11. Pensez-vous que les jeunes femmes vivent différemment les menstruations aujourd'hui?

## BIBLIOGRAPHIE

- Arai, M. et Lechevalier S. (2005). L'inégalité homme-femme au cœur de la segmentation du marché du travail japonais ? Une prise en compte du genre dans l'analyse du rapport salarial toyotiste. *Le Mouvement Social*, 1(210), 121-152. <http://dx.doi.org/10.3917/lms.210.0121>
- Bhartiya, A. (2013). Menstruation, Religion and Society. *International Journal of Social Science and Humanity*, 3(6), 523-527. <http://dx.doi.org/10.7763/IJSSH.2013.V3.296>
- Boudon, P. (1979). La représentation du corps dans la pensée et la médecine chinoise. *Anthropologica, New Series*, 21(1), 73-120. <http://dx.doi.org/10.2307/25605017>
- Brinton, M. C. (1993). *Women and the Economic Miracle: Gender and Work in Postwar Japan*. Berkeley: University of California Press. Récupéré de Google books [https://books.google.ca/books?id=f1lTvBzxmf4C&redir\\_esc=y](https://books.google.ca/books?id=f1lTvBzxmf4C&redir_esc=y)
- Culpepper, E. E., Ankori, G., King, K. L., Peck, S.K., Highbaugh, C. A. (2006). « Positively Breaking Taboos: Why and How I Made the Film « Period Piece » [with Responses] ». *Journal of Feminist Studies in Religion*, 22(2), 125-153. Récupéré de <http://www.jstor.org/stable/20487867>
- De Coppet, D. (2002). « TABOU ». Dans *Encyclopædia Universalis*, vol. 22, p. 78-81. Paris : Encyclopaedia Universalis.
- Douglas, M. (1981). *De la souillure essai sur les notions de pollution et de tabou*. Paris : F Maspero.
- Durkheim, É. (1985). *Les formes élémentaires de la vie religieuse le système totémique en Australie* (7<sup>e</sup> éd.). Paris : Presses universitaires de France.
- Ehara, Y et Kanai, Y. (dir.). (1997). *Feminizumu*. Tokyo : Shin'yosha.
- Hamatani, Hitoshi et Hamatani, Eloise Pearson. (1992). Preserving Tradition: Ennen, Dengaku, and Nōmai in Japan Today. *Asian Theatre Journal*, 9(2), 224-236. <http://dx.doi.org/10.2307/1124349>
- Héritier, F. (2012). *Masculin/féminin I: La pensée de la différence*. Paris : Odile Jacob.

Héritier, F., Perrot, M., Agacinski, S. et Bacharan, N. (2011). *La plus belle histoire des femmes*. Paris : Éditions du Seuil.

Hladik, M. (2000). Cabanes, ermitages et pavillons de thé au Japon. Lieux de réclusion, d'isolement ou de méditation. [Chapitre de livre]. Dans B. Brun, A.-H. Dufour, B. Picon, M.-D. Ribéreau-Gayon, (dir.), *Cabanes, cabanons et campement* (p 39-49). Châteauneuf de Grasse : Editions de Bergier.

Hōjō, K. (2008). « *Kegare* » wo meguru riron no tenkai. [Chapitre de livre]. Dans S. Fukutō, (dir.), *Kegare no bunkashi : monogatari jendā girei* (p. 7-60). Tokyo : Shin'washa.

Holtom, D. C. (1996). *The National Faith of Japan: A Study of Modern Shinto*. Routledge : London. Récupéré de Google books  
[https://books.google.ca/books/about/The\\_National\\_Faith\\_of\\_Japan.html?id=ejMgUUhoS5EC&redir\\_esc=y](https://books.google.ca/books/about/The_National_Faith_of_Japan.html?id=ejMgUUhoS5EC&redir_esc=y)

Ikeda, N., Saito, E., Kondo, N., Inoue, M., Ikeda, S., Satoh, T., Wada, K., Stickley, A., Katanoda, K., Mizoue, T., Noda, M., Iso, H., Fujino, Y., Sobue, T., Tsugane, S., Naghavi, M., Ezzati, M. et Shibuya, K. (2011). What has made the population of Japan healthy. *The Lancet*, 378(9796), 1094-1105. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)61055-6](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(11)61055-6)

Kawano, K. (1962). Brèves remarques hétérodoxes sur l'histoire moderne du Japon. *Annales. Économies, Sociétés, Civilisations*, 17(6), 1137-1140. Récupéré de [http://www.persee.fr/doc/ahess\\_0395-2649\\_1962\\_num\\_17\\_6\\_420924](http://www.persee.fr/doc/ahess_0395-2649_1962_num_17_6_420924)

Keown, D. (2004). Honji-suijaku. Dans *A Dictionary of Buddhism*. Récupéré de <http://www.oxfordreference.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca:2048/view/10.1093/acref/9780198605607.001.0001/acref-9780198605607-e-750>.

Kotani, H. (1999). *Kegare to kihan : senmin sabetsu no rekishiteki bunmyaku*. Tokyo : akashishoten.

Kozu, J. (1999). Domestic violence in Japan. *American Psychologist*, 54(1), 50-54. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.54.1.50>

Kuly, L. (2009). « Religion, Commerce, And Commodity In Japan's Maternity Industry ». Thèse de doctorat. Ithaca, N.Y. : Cornell University.

- Labor Standards Act*. (1947). C. VI-II, art. 68. Récupéré de <http://www.jil.go.jp/english/laws/documents/l.standards2012.pdf>
- Laws, S. (1990). *Issues of Blood: The Politics of Menstruation*. Houndmills, Basingstoke Hampshire : Macmillan Pub Co..
- L'Écuyer, R. (1987). « L'analyse de contenu : notion et étapes ». [Chapitre de livre]. Dans J.-P. Deslauriers, (dir.), *Les méthodes de la recherche qualitative* (p. 49-64). Sillery : Presses de l'Université du Québec.
- Lévi-Strauss, C. (1962). *La pensée sauvage*. Paris : Plon.
- Lévi-Strauss, C. (1983). *Le regard éloigné*. Paris : Plon.
- Littleton, C. S. (2003). *Shinto : origines, croyances, rituels, fêtes, esprits, lieux du sacré*. Paris : Gründ.
- Lucken, M., Bayard-Sakai, A. et Lozerand, E. (2007). *Le Japon après la guerre*. Arles : Éditions Philippe Picquier.
- Maekawa, T. (2003). On the Various Aspects of Xuepen-jing Textual Descriptions in China. *The memoirs of the Institute of Oriental Culture*, 142, 302-348. Récupéré de <http://hdl.handle.net/2261/2008>
- Mason, K. O, et Jensen, A.-M. (1995). *Gender and family change in industrialized countries*. Oxford: Clarendon Press.
- Matsushita, M. (2006). The female "Kegare" and Buddhism. *The journal of Sagami Women's University*, 70, 21-33. Récupéré de <http://ci.nii.ac.jp/naid/110006835846>
- Ménard, G. (1999). *Petit traité de la vraie religion à l'usage de ceux et celles qui souhaitent comprendre un peu mieux le vingt et unième siècle*. Montréal : Liber.
- Monma, S. (1997). *Sabetsu to kegare no shūkyō kenkyū : kenryoku to shite no chi*. Tokyo : Iwata shoin.
- Mouvement français pour le planning familial. (1993). *Guide de la contraception et de l'amour sans risques*. Paris : Syros.
- Nadeau, R. (1996). Dimensions of Sacred Space in Japanese Popular Culture. *Intercultural Communication Studies*, 6(1), 109-114. Récupéré de <http://web.uri.edu/iaics/1996-vol-06-no-1/>

Nakamura, S., Horiuchi, S., Mori, T. et Momoi, M. (2010). Sensitivity to cold among pregnant women—An analysis of Brazilian women—. *Journal of Japan Academy of Midwifery*, 24(2), 205-214. <http://doi.org/10.3418/jjam.24.205>

Nakao, S et Random House. (1997). *Random House Japanese-English English-Japanese dictionary*. New York : Random House.

Nakayama, I. (2007). *Periodic struggles: Menstruation leave in modern Japan*. (Thèse de doctorat). Cambridge, Massachusetts : Université Harvard. Récupéré de ProQuest Dissertations & Theses Global. 304852264.

Namihira, E. (1977). *Hare, ke and kegare: the structure of Japanese folk belief*. (Thèse de doctorat). Université du Texas à Austin. Récupéré de ProQuest Dissertations & Theses Global. 302863500.

Namihira, E. (2009). *Kegare*. Tokyo : Kôdansha.

Namihira, E. (1987). Pollution in the Folk Belief System. *Current Anthropology*, 28(4), 65-74. Récupéré de [http://www.jstor.org/stable/2743440?seq=1#page\\_scan\\_tab\\_contents](http://www.jstor.org/stable/2743440?seq=1#page_scan_tab_contents)

Narikiyo, H. (2003). *Josei to kegare no rekishi*. Tokyo : hanawa shobo.

Ohnuki-Tierney, E. (1993). Nature, pureté et soi primordial: La nature japonaise dans une perspective comparative. *Géographie et Cultures*, 7, 75-92. Récupéré de [http://www.editions-harmattan.fr/index.asp?navig=catalogue&obj=numero&no=20801&no\\_revue=17&razSqlClone=1](http://www.editions-harmattan.fr/index.asp?navig=catalogue&obj=numero&no=20801&no_revue=17&razSqlClone=1)

Organisation mondiale de la Santé. [s.d.]. *Pays Japon*. Récupéré le 14 décembre 2015 de <http://www.who.int/countries/jpn/fr/>

Perrin, Joël et Perrin, Viviane Wenqian. (2008). *Dictionnaire japonais-français & français-japonais : [avec transcription phonétique japonaise en lettres latines]*. Paris : Librairie You-Feng.

Raymo, J. M.. (2003). Educational attainment and the transition to first marriage among Japanese women. *Demography*, 40(1), 83-103. <http://dx.doi.org/10.1353/dem.2003.0008>

Sakurai, T. (1984). Japanese folk religion and the regulation of social life: the interrelationship of ke, kegare and hare. *Komazawa shakaigaku kenkyû*, 16, 62-77. Récupéré de <http://ci.nii.ac.jp/naid/110007001547/en>

Sato, F., Matsushita, S., Hyodo, K., Akishima, S., Imazuru, T., Tokunaga, C., Enomoto, Y., Kanemoto, S., Hiramatsu, Y., et Sakakibara, Y. (2008). Sex Difference in Peripheral Arterial Response to Cold Exposure. *Circulation Journal*, 72(8), 1367-1372. <http://doi.org/10.1253/circj.72.1367>

Segawa, K. (1980). *Onna no Minzokushi : sono kegare to shinpi*. Tokyo : Tōsho Sensho.

Shibata, Masumi et Shibata, Maryse. (1969). *Le kojiki chronique des choses anciennes*. Paris : Maisonneuve et Larose.

Shibukawa, H. (1958). On the Culture of Women in the Aristocratic Society of the Heian Era. *The Japanese journal of educational research*, 25(3), 21-32. [http://doi.org/10.11555/kyoiku1932.25.3\\_21](http://doi.org/10.11555/kyoiku1932.25.3_21)

Takemi, M. (1983). Menstruation Sutra" Belief in Japan. *Japanese Journal of Religious Studies*, 10(2/3), 229-246. Récupéré de <http://www.jstor.org/stable/30233304>

Tanaka, H. (2013). *Seiri yōhin no shakaishi : tabū kara ichidai bijinesu e*. Kyōto : mineruvashobō.

Taguchi, A. (2003). *Seiri kyūka no tanjō*. Tokyo : seikyūsha.

Terasawa, K. (1987). On the Recognition and Treatment of "Hie-Sho" (Chilphobia) in the Traditional Kampoh Medicine. *The Japanese journal of pharmacognosy*, 41(2), 85-96. Récupéré de <http://ci.nii.ac.jp/naid/110008908116/en>

Tonomura, H. (2007). Birth-giving and Avoidance Taboo: Women's Body versus the Historiography of « Ubuya ». *Japan Review*, 19, 3-45. Récupéré de <http://shikon.nichibun.ac.jp/dspace/handle/123456789/1193>

Yoshie, A et Macé, F. (1995). Éviter la souillure. Le processus de civilisation dans le Japon ancien. *Annales. Histoire, Sciences Sociales*, 50(2), 283-306. Récupéré de [http://www.persee.fr/doc/ahess\\_0395-2649\\_1995\\_num\\_50\\_2\\_279367](http://www.persee.fr/doc/ahess_0395-2649_1995_num_50_2_279367)

Vinclair, P. (2011). *Kojiki : chronique des faits anciens*. Amiens : Corridor bleu.